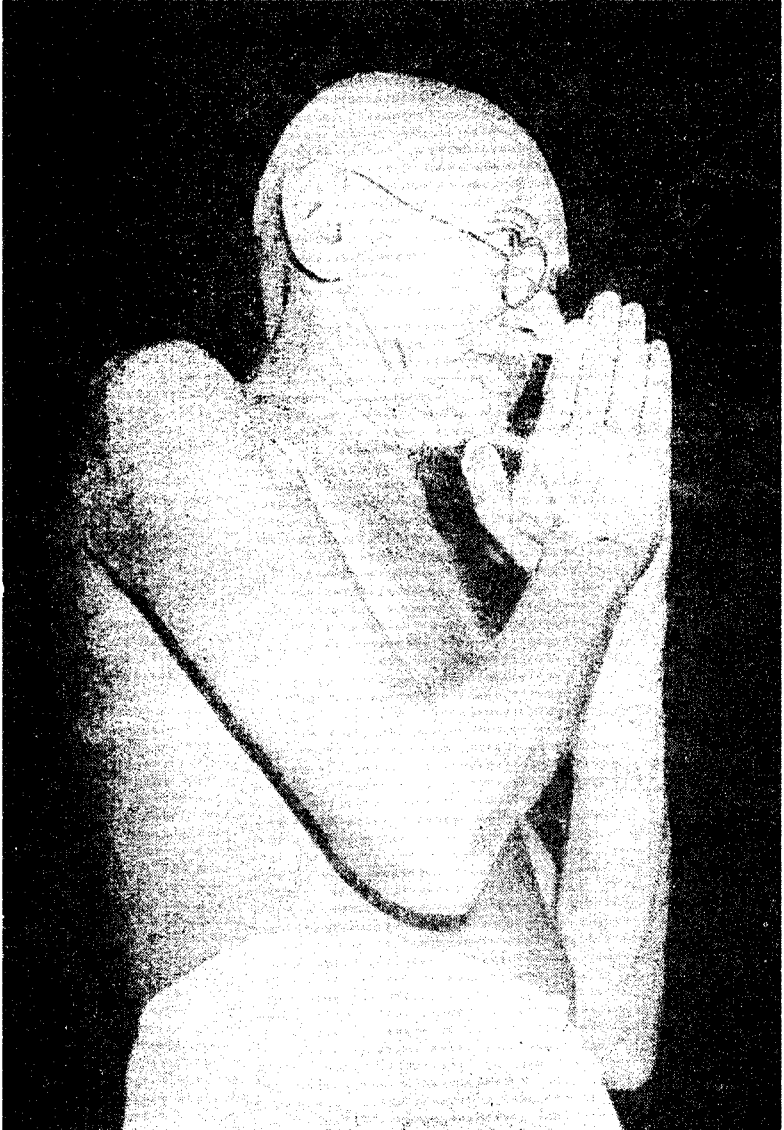
रामनाम

गांधीजी

नवजीवन प्रकाशन मंदिर
अहमदाबाद

प्रकाशकका निवेदन

रामनामके प्रति गांधीजीके हृदयमें श्रद्धाका बीज बोनेवाली अुनकी दाअी रंभा थी। अिसका अुल्लेख गांधीजीने खुद अपनी 'आत्मकथा' में किया है। बचपनमें अुनके हृदयमें जो बीज बोया गया था, वह पौधा बनकर गांधीजीकी साधनाके बरसों दरमियान धीरे धीरे विकास करता गया। आध्यात्मिक, मानसिक और शारीरिक तीनों तरहकी कठिनाअियोंमें रामनाम मनुष्यका सबसे बड़ा सहारा बनता है, अैसी श्रद्धा गांधीजीने अपने लेखोंमें बार-बार प्रकट की है। जीवनके आखिरी बरसोंमें कुदरती अुपचारका काम हाथमें लेनेके बाद अुन्होंने कअी बार लिखा है कि रामनाम शरीरकी बीमारियोंको मिटानेका रामबाण कुदरती अिलाज है।

रामनामके बारेमें गांधीजीकी अिस श्रद्धाको प्रकट करनेवाले लेखोंका अंग्रेजीमें संपादन करके श्री भारतन् कुमारप्पाने जो पुस्तक तैयार की थी, अुसे नवजीवन कार्यालयने प्रकाशित किया है। यह हिन्दुस्तानी संस्करण अुसीके आधार पर तैयार किया गया है।

गांधी-साहित्य और रामनामके प्रेमियोंको यह संग्रह बहुत पसन्द आयेगा, अैसे विश्वाससे ही यह प्रकाशित किया गया है।

संपादकका निवेदन

गाधीजीको बचपनसे ही दु खमे रामनाम यानी राम या अीश्वरका नाम लेना सिखाया गया था। अेक सत्याग्रही या अैसे व्यक्तिके नाते, जो दिनके चौबीसो घटे सत्य या अीश्वरमे अटल श्रद्धा रखता है, गाधीजीने यह जान लिया था कि अीश्वर हर तरहकी कठिनाअीमे — फिर वह शारीरिक हो, मानसिक हो या आध्यात्मिक — हमेशा अुन्हे सान्त्वना और सहारा देता है। अुनकी सबसे पहली परीक्षाओमे अेक ब्रह्मचर्य-पालनके सम्बन्धमे थी। गाधीजीने कहा है कि अपवित्र विचारोको रोकनेमे रामनामने अुनकी सबसे बडी मदद की। रामनामने अुन्हे अुपवासोकी पीडासे पार लगाया। रामनामने ही आत्माकी सारी अकेली लडाअियोमे अुन्हे जिताया, जो राजनीतिक, सामाजिक, आर्थिक और धार्मिक क्षेत्रोके नेताके नाते अुन्हें लडनी पडी थी। लेकिन अपने-आपको अीश्वरके भरोसे ज्यादा-ज्यादा छोडनेके दरमियान अुनकी आखिरी खोज यह थी कि रामनाम शारीरिक रोगोका भी अिलाज है।

सत्यकी खोज करने और मानव जातिके दु खोको कम करनेकी अुत्कट अिच्छा रखनेके कारण गाधीजीने लम्बे समयसे शुद्ध हवा, मालिश, कअी तरहके स्नानो, अुपवासो, योग्य आहार, मिट्टीकी पट्टी और अैसे ही दूसरे साधनोके जरिये रोग मिटानेके सादे और सस्ते तरीके खोज निकाले थे। अुनका विश्वास था कि आज व्यापारके लिअे बडे पैमाने पर बनाअी जानेवाली और आखिरमे मनुष्य-शरीरको नुकसान पहुचानेवाली बेशुमार दवाओके बनिस्बत अिलाजके ये तरीके कुदरत या अीश्वरके नियमोसे ज्यादा मेल खाते है।

लेकिन मनुष्य सिर्फ शरीर ही नही है बल्कि और भी कुछ है, अिसलिअे गाधीजीका यह पक्का विश्वास था कि मनुष्यकी बीमारियोका सिर्फ शारीरिक अिलाज ही काफी नही है। शरीरके साथ बीमारके मन और आत्माका भी अिलाज करनेकी जरूरत है। जब ये दोनो नीरोग

होंगे, तो शरीर अपने-आप नीरोग हो जायगा। गाधीजीने देखा कि अिस ध्येयको पानेके लिअे रामनाम या अुस बडे डॉक्टरमे हार्दिक श्रद्धा रखने और अुसका सहारा लेने जैसी अुपयोगी कोअी चीज नही है। गाधीजीको यकीन था कि जब मनुष्य अपने-आपको पूरी तरह अीश्वरके हाथोमे सौप देता है और भोजन, व्यक्तिगत सफाअी तथा आम तौर पर अपने-आपको और खास तौर पर काम-क्रोध वगैरा विकारोको जीतनेके बारेमे और मानव बन्धुओके साथके अपने सम्बन्धोके बारेमे अीश्वरके नियमोका पालन करता है, तो वह रोगसे मुक्त रहता है। अैसी स्थितिको प्राप्त करनेके लिअे वे खुद भी हमेशा कोशिश करते रहे। और दूसरोको वही ध्येय प्राप्त करनेमे मदद पहुचानेके लिअे अुन्होने अुरुळीकांचनमे अपनी आखिरी सस्था 'कुदरती अुपचार केन्द्र' कायम की थी, जहा खुद अुनके द्वारा अमलमे लाये गये कुदरती अिलाजके अलावा बीमारोको रामनामकी अुपयोगिता भी सिखाअी जाती है। यह छोटीसी पुस्तक अिस बारेमे गाधीजीके विचार और अनुभव अुन्हीके शब्दोमे पाठकोके सामने सक्षेपमे रखना चाहती है।

भारतन् कुमारप्पा

अनुक्रमणिका

	प्रकाशकका निवेदन	३
	सपादकका निवेदन	५
१	बीजारोपण	३
२	नीतिरक्षाका अुपाय	४
३	रामनाम हमारा अेकमात्र आधार	७
४	रामनाम और राष्ट्रसेवा	८
५	भगवानकी मदद मागो	९
६	नाम रटनेसे शान्ति	११
७	मुहसे रामनाम जपना	१२
८	रामधुन	१३
९	यौगिक क्रियाअे	१४
१०	यकीनी अिमदाद	१५
११	रामनामका मजाक	१५
१२	रामनाम और जतर-मतर	१६
१३	रामनामका प्रचार	१७
१४	मेरा राम	१८
१५	राम कौन ?	१९
१६	दशरथ-नन्दन राम	२०
१७	मेरा राम कौन ?	२२
१८	अीश्वर कौन और कहा है ?	२२
१९	रामनाम और कुदरती अिलाज	२४
२०	कुदरती अिलाज	२५
२१	रामनाम — रामबाण अिलाज	२६
२२	सब रोगोका अिलाज	२७
२३	कुदरती अिलाजमे रामनाम	२९

२४	आम लोगोके लिअे अिलाज	३१
२५.	रामबाण अुपाय	३२
२६	आयुर्वेद और कुदरती अुपचार	३५
२७	अुरुळीकाचनमे	३७
२८	अुरुळीकाचनमे कुदरती अुपचार	४०
२९.	गरीबोके लिअे कुदरती अिलाज	४१
३०	कुदरती अिलाज और आधुनिक अिलाज	४२
३१	पश्चिमकी ओर नजर न रखे	४३
३२	कुदरतके नियम	४४
३३	विश्वास-चिकित्सा और रामनाम	४५
३४	रामनामके बारेमे भ्रम	४८
३५	बेचैन बना देनेवाली बात	४९
३६	नाम-साधनाकी निशानिया	५१
३७	सर्वधर्म-समभाव	५३
३८	सच्ची रोशनी	५४
३९	अवसानसे अेक दिन पहले	५४
४०.	“राम! राम!”	५५
४१.	प्रार्थना-प्रवचनोमें से	५६
४२	रोजके विचार	६६
४३	दो पत्र	६९
परिशिष्ट		
	सच्चा डॉक्टर राम ही है	७०
	सूची	७३

रामनाम

१

बीजारोपण

छह-सात सालकी अुम्रसे लेकर १६ वर्ष तक विद्याध्ययन किया, परन्तु स्कूलमे मुझे कही धर्म-शिक्षा नही मिली। जो चीज शिक्षकोके पाससे सहज ही मिलनी चाहिये, वह न मिली। फिर भी वायुमडलमे से तो कुछ न कुछ धर्म-प्रेरणा मिला ही करती थी। यहा धर्मका व्यापक अर्थ करना चाहिये। धर्मसे मेरा अभिप्राय है आत्म-भानसे, आत्म-ज्ञानसे।

वैष्णव सप्रदायमे जन्म होनेके कारण बार-बार वैष्णव मदिर (हवेली) जाना होता था। परन्तु अुसके प्रति श्रद्धा न अुत्पन्न हुअी। मन्दिरका वैभव मुझे पसन्द न आया। मदिरोमे होनेवाले अनाचारोकी बाते सुन-सुनकर मेरा मन अुनके सम्बन्धमे अुदासीन हो गया। वहासे मुझे कोअी लाभ न मिला।

परन्तु जो चीज मुझे अिस मन्दिरसे न मिली, वह अपनी धायके पाससे मिल गयी। वह हमारे कुटुम्बमे अेक पुरानी नौकरानी थी। अुसका प्रेम मुझे आज भी याद आता है। मै पहले कह चुका हू कि मै भूत-प्रेत आदिसे डरा करता था। अिस रम्भाने मुझे बताया कि अिसकी दवा रामनाम है। किन्तु रामनामकी अपेक्षा रम्भा पर मेरी अधिक श्रद्धा थी। अिसलिअे बचपनमे मैने भूत-प्रेतादिसे बचनेके लिअे रामनामका जप शुरू किया। यह सिलसिला यो बहुत दिन तक जारी न रहा, परन्तु जो बीजारोपण बचपनमे हुआ, वह व्यर्थ न गया। रामनाम जो आज मेरे लिअे अेक अमोघ शक्ति हो गया है, अुसका कारण अुस रम्भाबाअीका बोया हुआ बीज ही है।

परन्तु जिस चीजने मेरे दिल पर गहरा असर डाला, वह तो थी रामायणका पारायण। पिताजीकी बीमारीका बहुतेरा समय पोरबन्दरमे गया। वहा वे रामजीके मदिरमे रोज रातको रामायण सुनते थे। कथा कहनेवाले थे रामचन्द्रजीके परम भक्त बिलेश्वरके लाधा महाराज। अुनके सम्बन्धमे यह कहानी प्रसिद्ध थी कि अुन्हे कोढ हो गया था। अुन्होने कुछ दवा न की — सिर्फ बिलेश्वर महादेव पर चढे हुअे बिल्वपत्रोको कोढवाले अगो पर बाधते रहे, और रामनामका जप करते रहे। अन्तमे अुनका कोढ समूल नष्ट हो गया। यह बात चाहे सच हो या झूठ, हम सुननेवालोने तो सच ही मानी।

हा, यह जरूर सच है कि लाधा महाराजने जब कथा आरम्भ की थी, तब अुनका शरीर बिलकुल नीरोग था। लाधा महाराजका स्वर मधुर था। वे दोहा-चौपाअी गाते और अर्थ समझाते थे। खुद अुसके रसमे लीन हो जाते और श्रोताओको भी लीन कर देते थे। मेरी अवस्था अुस समय कोअी तेरह सालकी होगी, पर मुझे याद है कि अुनकी कथामे मेरा बहुत मन लगता था। रामायण पर जो मेरा अत्यन्त प्रेम है, अुसका पाया यही रामायण-श्रवण है। आज मै तुलसीदासकी रामायणको भक्तिमार्गका सर्वोत्तम ग्रथ मानता हू।

'आत्मकथा' से

२

नीतिरक्षाका अुपाय

मेरे विचारके विकार क्षीण होते जा रहे है। हा, अुनका नाश नही हो पाया है। यदि मै विचारो पर भी पूरी विजय पा सका होता, तो पिछले दस बरसोमे जो तीन रोग — पसलीका वरम, पेचिश और 'अपेडिक्स' का वरम — मुझे हुअे, वे कभी न होते।* मै मानता हू कि नीरोगी आत्माका शरीर भी

* मै तो पूर्णताका अेक विनीत साधक मात्र हू। मै अुसका रास्ता भी जानता हू। परन्तु रास्ता जाननेका अर्थ यह नही है कि मै आखिरी मुकाम पर पहुच गया हू। यदि मै पूर्ण पुरुष होता, यदि मै विचारोमे भी अपने तमाम मनोविकारो पर पूरा आधिपत्य कर पाया होता, तो मेरा शरीर पूर्णताको पहुच गया होता। मै कबूल करता हू कि अभी मुझे अपने विचारोको काबूमे रखनेके लिअे बहुत मानसिक शक्ति खर्च करनी पडती है। यदि कभी मै अिसमे सफल हो सका, तो खयाल कीजिये कि शक्तिका कितना बडा खजाना मुझे सेवाके लिअे खुला मिल जायगा। मै मानता हू कि मेरी अपेडिसाअिटिसकी बीमारी मेरे मनकी दुर्बलताका फल थी और नश्तर लगवानेके लिअे तैयार हो जाना भी वही मनकी दुर्बलता थी। यदि मेरे अदर अहकारका पूरा अभाव होता, तो मैने अपनेको होनहारके सुपुर्द कर दिया होता। लेकिन मैने तो अपने अिसी चोलेमे रहना चाहा। पूर्ण विरक्ति किसी यान्त्रिक क्रियासे प्राप्त नही होती। धीरज, परिश्रम और अीश्वर-

नीरोगी होता है। अर्थात् ज्यो-ज्यो आत्मा नीरोग — निर्विकार होती जाती है, त्यो-त्यो शरीर भी नीरोगी होता जाता है। लेकिन यहा नीरोगी शरीरके मानी बलवान शरीर नही है। बलवान आत्मा क्षीण शरीरमे ही वास करती है। ज्यो-ज्यो आत्मबल बढता है, त्यो-त्यो शरीरकी क्षीणता बटती है। पूर्ण नीरोगी शरीर बिलकुल क्षीण भी हो सकता है। बलवान शरीरमे बहुत अशमे रोग रहते है। रोग न हो, तो भी वह शरीर सक्रामक रोगोका शिकार तुरन्त हो जाता है। परन्तु पूर्ण नीरोग शरीर पर अुनका असर नही हो सकता। शुद्ध खूनमे अैसे जन्तुओको दूर रखनेका गुण होता है। . .

ब्रह्मचर्यका लौकिक अथवा प्रचलित अर्थ तो अितना ही माना जाता है मन, वचन और कायाके द्वारा विषयेन्द्रियका सयम। यह अर्थ वास्तविक है। क्योकि अुसका पालन करना बहुत कठिन माना गया है। स्वादेन्द्रियके सयम पर अुतना जोर नही दिया गया, अिससे विषयेन्द्रियका सयम ज्यादा मुश्किल बन गया है — लगभग असभव हो गया है।

मेरा अनुभव तो अैसा है कि जिसने स्वादको नही जीता, वह विषयको नही जीत सकता। स्वादको जीतना बहुत कठिन है। परन्तु स्वादकी विजयके साथ ही विषयकी विजय बधी हुअी है। स्वादको जीतनेके लिअे अेक अुपाय तो यह है कि मसालोका सर्वथा अथवा जितना हो सके अुतना त्याग किया जाय। और दूसरा अधिक बलवान अुपाय हमेशा यह भावना बढाना है कि भोजन हम स्वादके लिअे नही, बल्कि केवल शरीर-रक्षाके लिअे करते है। हवा हम स्वादके लिअे नही, बल्कि श्वासके लिअे लेते है। पानी जैसे हम प्यास बुझानेके लिअे पीते है, अुसी प्रकार खाना महज भूख बुझानेके लिअे खाना चाहिये। दुर्भाग्यसे हमारे मा-बाप लडकपनसे ही हममे अिससे अुलटी आदत डालते है। हमारे पोषणके लिअे नही, बल्कि अपना झूठा दुलार दिखानेके लिअे, वे हमे तरह-तरहके स्वाद चखाकर हमारी आदत बिगाडते है। हमे घरके अैसे वायुमडलके खिलाफ लडनेकी आवश्यकता है।

परन्तु विषयको जीतनेका स्वर्ण नियम रामनाम अथवा दूसरा कोअी अैसा मत्र है। द्वादश मत्र* भी यही काम देता है। अपनी-अपनी भावनाके

आराधनाके द्वारा अुस स्थितिमे पहुचना पडता है। — हिन्दी नवजीवन, ६–४–१९२४।

* ॐ नमो भगवते वासुदेवाय।

अनुसार किसी भी मत्रका जप किया जा सकता है। मुझे लडकपनसे राम-नाम सिखाया गया। मुझे अुसका सहारा बराबर मिलता रहता है। अिससे मैंने अुसे सुझाया है। जो मत्र हम जपें, अुसमे हमे तल्लीन हो जाना चाहिये। मत्र जपते समय दूसरे विचार आवे तो परवाह नही। फिर भी यदि श्रद्धा रखकर हम मत्रका जप करते रहेंगे, तो अतमे सफलता अवश्य प्राप्त करेंगे। मुझे अिसमे रत्तीभर शक नही। यह मत्र हमारी जीवन-डोर होगा और हमे तमाम सकटोसे बचावेगा।* असे पवित्र मत्रका अुपयोग किसीको आर्थिक लाभके लिअे हरगिज न करना चाहिये। अिस मत्रका चमत्कार है हमारी नीतिको सुरक्षित रखनेमे। और यह अनुभव प्रत्येक साधकको थोडे ही समयमे मिल जायगा। हा, अितना याद रखना चाहिये कि तोतेकी तरह अिस मत्रको न पढे। अिसमे अपनी आत्मा पूरी तरह लगा देनी चाहिये। तोते यत्रकी तरह असे मत्र पढते है। हमे अुन्हे ज्ञानपूर्वक पढना चाहिये — अवाछनीय विचारोको मनसे निकालनेकी भावना रखकर और मत्रकी असा करनेकी शक्तिमे विश्वास रखकर।

हिन्दी नवजीवन, २५–५–१९२४

---

* अेक ब्रह्मचारीको ब्रह्मचर्य सिद्ध करनेके अुपाय सुझाते हुअे गाधीजीने लिखा था

"आखिरी अुपाय प्रार्थनाका है। ब्रह्मचर्य साधनेकी अिच्छा रखनेवाला हर रोज नियमसे, सच्चे हृदयसे रामनाम जपे और अीश्वरकी कृपा चाहे।" — यग अिण्डिया, २९–४–'२६

अेक प्रयत्नशील साधकको गाधीजीने लिखा था

"रामकी मदद लेकर हमे विकारोके रावणका वध करना है, और वह सम्भवनीय है। जो राम पर भरोसा रख सको तो तुम श्रद्धा रखकर निश्चितताके साथ रहना। सबसे बडी बात यह है कि आत्म-विश्वास कभी मत खोना। खानेका खूब माप रखना, ज्यादा और ज्यादा तरहका भोजन न करना।" — हिन्दी नवजीवन, २०–१२–'२८

"जब तुम्हारे विकार तुम पर हावी ोना चाहे, तब तुम घुटनोके बल झुककर भगवानसे मददकी प्रार्थना करो। रामनाम अचूक रूपसे मेरी मदद करता है। बाहरी मददके रूपमे कटि-स्नान करो।" — 'अनीतिकी राहपर' के दूसरे सस्करणकी भूमिका (१९२८) से।

३

रामनाम : हमारा अेकमात्र आधार

राम, अल्लाह, गॉड सब मेरे नजदीक अेकार्थक शब्द है। मैने देखा कि सीधे-भोले लोगोने धोखेसे अपना यह खयाल बना लिया है कि मुसीबतके समय मै अुनको दिखाअी देता हू। मै अिस वहमको दूर कर देना चाहता हू। मै किसीको दर्शन नही देता। अेक नश्वर शरीर पर भरोसा रखना महज अुनका भ्रम है। अिसलिअे मैने अुनके सामने अेक सादा और सरल नुस्खा रखा है, जो कभी बेकार नही जाता — अर्थात् हर रोज सुबह सूरज निकलनेके पहले और शामको सोनेके वक्त अपनी प्रतिज्ञाओको पूरी करनेके लिअे अीश्वरकी सहायता मागना। लाखो हिन्दू अीश्वरको रामके नामसे पहचानते है। बचपनमे जब-जब मै डरता था, तब मुझे रामनाम लेनेको कहा जाता था। मेरे कितने ही साथी अैसे है, जिन्हे मुसीबतके वक्त रामनामसे बडी तसल्ली मिली है। मैने धाराला और अछूतोको भी रामनाम बताया। मै अपने अुन पाठकोके सामने भी अिसे पेश करता हू, जिनकी दृष्टि धुधली नही हुअी है और जिनकी श्रद्धा बहुत विद्वत्ता प्राप्त करनेसे मन्द नही हो गअी है। विद्वत्ता हमे जीवनकी अनेक अवस्थाओसे पार ले जाती है, पर सकट और प्रलोभनके समय वह हमारा साथ बिलकुल नही देती। अुस हालतमें अकेली श्रद्धा ही हमे अुबारती है। रामनाम अुन लोगोके लिअे नही है, जो अीश्वरको हर तरहसे फुसलाना चाहते है और हमेशा अपनी रक्षाकी आशा अुससे लगाये रहते है। यह अुन लोगोके लिअे है, जो अीश्वरसे डर कर चलते है, और जो सयमपूर्वक जीवन बिताना चाहते है लेकिन अपनी निर्बलताके कारण अुसका पालन नही कर पाते।

हिन्दी नवजीवन, २२–१–१९२५

४

रामनाम और राष्ट्रसेवा

सवाल — क्या किसी पुरुष या स्त्रीको राष्ट्रीय सेवामे भाग लिये बिना रामनामके अुच्चारण मात्रसे आत्मदर्शन प्राप्त हो सकता है? मैंने यह प्रश्न अिसलिअे पूछा है कि मेरी कुछ बहने कहा करती है कि हमको गृहस्थीके कामकाज करने तथा यदा-कदा दीन-दुखियोके प्रति दयाभाव दिखानेके अतिरिक्त और किसी कामकी जरूरत नही है।

जवाब — अिस प्रश्नने केवल स्त्रियोको ही नही, बल्कि बहुतेरे पुरुषोको भी अुलझनमे डाल रखा है और मुझे भी अिसने धर्म-सकटमे डाला है। मुझे यह बात मालूम है कि कुछ लोग अिस सिद्धान्तके मानने-वाले है कि काम करनेकी कतअी जरूरत नही और परिश्रम मात्र व्यर्थ है। मैं अिस खयालको बहुत अच्छा तो नही कह सकता। अलबत्ता, अगर मुझे अुसे स्वीकार करना ही हो तो, मै अुसके अपने ही अर्थ लगाकर अुसे स्वीकार कर सकता हू। मेरी नम्र सम्मति यह है कि मनुष्यके विकासके लिअे परिश्रम करना अनिवार्य है। फलका विचार किये बिना परिश्रम करना जरूरी है। रामनाम या अैसा ही कोअी पवित्र नाम जरूरी है — महज लेनेके लिअे ही नही, बल्कि आत्मशुद्धिके लिअे, प्रयत्नोको सहारा पहुचानेके लिअे और अीश्वरसे सीधे-सीधे रहनुमाअी पानेके लिअे। अिसलिअे रामनामका अुच्चारण कभी परिश्रमके बदले काम नही दे सकता। वह तो परिश्रमको अधिक बलवान बनाने और अुसे अुचित मार्ग पर ले चलनेके लिअे है। यदि परिश्रम मात्र व्यर्थ है, तब फिर घर-गृहस्थीकी चिन्ता क्यो? और दीन-दुखियोको यदा-कदा सहायता किसलिअे? अिसी प्रयत्नमे राष्ट्र-सेवाका अकुर भी मौजूद है। मेरे लिअे तो राष्ट्रसेवाका अर्थ मानव-जातिकी सेवा है। यहा तक कि कुटुम्बकी निर्लिप्त भावसे की गअी सेवा भी मानव-जातिकी सेवा है। अिस प्रकारकी कौटुम्बिक सेवा अवश्य ही राष्ट्रसेवाकी ओर ले जाती है। रामनामसे मनुष्यमें अनासक्ति और समता आती है रामनाम आपत्तिकालमें अुसे कभी धर्मच्युत नही होने देता। गरीबसे गरीब

लोगोकी सेवा किये बिना या अुनके हितमे अपना हित माने बिना मोक्ष पाना मै असम्भव मानता हू।

हिन्दी नवजीवन, २१–१०–१९२६

सेवाकार्य या माला-जप?

स० — सेवाकार्यके कठिन अवसरो पर भगवद्भक्तिके नित्य नियम नही निभ पाते, तो क्या अिसमे कोअी हर्ज है? दोनोमे से किसको प्रधानता दी जाय, सेवाकार्यको अथवा माला-जपको?

ज० — कठिन सेवाकार्य हो या अुससे भी कठिन अवसर हो, तो भी भगवद्भक्ति यानी रामनाम बन्द हो ही नही सकता। अुसका बाह्य रूप प्रसगके मुताबिक बदलता रहेगा। माला छूटनेसे रामनाम, जो हृदयमे अकित हो चुका है, थोडे ही छूट सकता है?

हरिजनसेवक, १७–२–१९४६

५

भगवानकी मदद मांगो

मै सारे हिन्दुस्तानके विद्यार्थियोके साथ होनेवाले अपने पत्रव्यवहारसे जानता हू कि ढेरो पुस्तको द्वारा पाये हुअे ज्ञानसे अपने दिमागोको भर कर वे कैसे पगु बन गये है। कुछ तो अपने दिमागका सतुलन खो बैठे है, कुछ पागल-से हो गये है, तो कुछ अनीतिकी राह पर चल पडे है — जिससे वे अपने-आपको रोक नही सकते। अुनकी यह बात सुनकर मेरा हृदय सहानुभूति और दयासे भर जाता है कि अधिकसे अधिक प्रयत्न करके भी वे अपने जीवनको बदल नही सकते। वे दुखी होकर मुझसे पूछते है "हमे बताअिये कि शैतानसे हम कैसे पिड छुडाये? जिस अनीति और अपवित्रता-ने हमे धर दबोचा है, अुससे हम अपने-आपको कैसे छुडाये?" जब मै अुन्हे रामनाम जपने और भगवानके सामने झुक कर अुसकी सहायता मागनेकी बात कहता हू, तो वे मेरे पास आकर कहते है "हम नही

जानते भगवान कहा है? हम नही जानते प्रार्थना करना क्या होता है?" विद्यार्थियोकी आज अैसी दयनीय स्थिति हो गअी है।

तामिल भाषाका अेक वचन मै कभी भूलता नही। अुसका अर्थ है "निराधारका आधार भगवान है।" अगर आप अुससे सहायताकी प्रार्थना करना चाहते है, तो आप अपने सच्चे रूपमे अुसके पास जाये, किसी तरहका सकोच या दुराव-छिपाव न रख कर अुसकी शरण ले और अिस बातकी आशका न रखे कि आप जैसे अधम और पतितको वह कैसे सहायता दे सकता है — कैसे अुबार सकता है। जिसने अपनी शरणमे आये लाखो-करोडोकी सहायता की, वह क्या आपको असहाय छोड देगा? वह किसी तरहका पक्षपात और भेदभाव नही रखता। आप देखेगे कि वह आपकी हरअेक प्रार्थना सुनता है। अधमसे अधमकी भी प्रार्थना भगवान सुनेगा।* यह बात मै अपने अनुभवसे कहता हू। मै अिस नरककी यातनाओसे गुजर चुका हू। पहले आप भगवानकी शरण जाअिये और आपको सब कुछ मिल जायगा।

यग अिन्डिया, ४-४-१९२९

---

* लेकिन प्रार्थना केवल शब्दोकी या कानोकी कसरत ही नही है। वह किसी निरर्थक मत्र या सूत्रका जप नही है। अगर रामनाम आत्माको जाग्रत न कर सके, तो आप अुसका कितना भी जप क्यो न करे, सब व्यर्थ जायगा। यदि आप शब्दोके बिना भी हृदयसे भगवानकी प्रार्थना करे, तो वह अुस प्रार्थनासे कही अच्छी है जिसमे शब्द तो बहुत है, परन्तु हृदय नही है। प्रार्थना अुस आत्माकी मागके स्पष्ट अुत्तरमे होनी चाहिये, जो हमेशा अुसकी भूखी रहती है। और जिस तरह भूखा आदमी स्वादिष्ठ भोजन पाकर प्रसन्न होता है, अुसी तरह भूखी आत्मा हार्दिक प्रार्थनासे आनन्दका अनुभव करती है। मै अपने और अपने साथियोके अनुभवसे यह बात कहता हू कि जिसने प्रार्थनाके चमत्कारका अनुभव किया है, वह भोजनके बिना तो कअी दिनो तक रह सकता है, लेकिन प्रार्थनाके बिना अेक क्षण भी नही रह सकता। क्योकि प्रार्थनाके बिना आन्तरिक शान्ति नही मिलती। — यग अिडिया, २३-१-१९३०

६

नाम रटनेसे शान्ति

"अेक ही चीजका जो यह बार-बार पाठ होता है, वह मेरे कानको कुछ रुचता नही। सम्भव है कि यह मेरे बुद्धिवादी गणिती स्वभावका दोष हो। पर वही श्लोक नित्य बार-बार गाये जाये, यह मुझे अच्छा नही लगता। अुदाहरणके लिअे 'बाक' के अलौकिक सगीतमे भी जब वही अेक पद ('हे पिता, अुन्हे क्षमा कर दे। वे नही जानते कि वे क्या करते है।') बार-बार गाया जाता है, तब मेरे मन पर अुसका कोअी प्रभाव नही पडता।"

गाधीजीने मुसकराते हुअे कहा "पर आपके गणितमे क्या पुनरावर्ती दशमलव नही होता?"

"किन्तु प्रत्येक दशमलवसे अेक नवीन ही वस्तु निकलनी है।"

गाधीजी "अिसी प्रकार प्रत्येक जपमे नूतन अर्थ रहता है। प्रत्येक जप मनुष्यको भगवानके अधिक समीप ले जाता है, यह बिलकुल सच्ची बात है। मै आपसे कहता हू कि आप किसी सिद्धान्तवादीसे नही, बल्कि अैसे आदमीसे बाते कर रहे है, जिसने अिस वस्तुका अनुभव जीवनके प्रत्येक क्षणमे किया है — यहा तक कि अिस अविराम क्रियाका बन्द हो जाना जितना सरल है, अुससे अधिक सरल प्राणवायुका निकल जाना है। यह हमारी आत्माकी भूख है।"

"मै अिसे अच्छी तरह समझ सकता हू, पर साधारण मनुष्यके लिअे तो यह अेक खाली अर्थशून्य विधि है।"

"मै मानता हू, पर अच्छी चीजका भी दुरुपयोग हो सकता है। अिसमे चाहे जितने दम्भके लिअे गुजाअिश है सही, पर वह दम्भ भी तो सदाचारकी ही स्तुति है न! और मै यह जानता हू कि अगर दस हजार दम्भी मनुष्य मिलते है, तो अैसे करोडो भोले श्रद्धालु भी होगे, जिन्हे अीश्वरके अिस नामरटनसे शाति मिलती होगी। मकान बनाते समय पाड या मचान बाधनेकी जरूरत पडती है न — ठीक वैसी ही यह चीज है।"

पिअरे सेरेसोल "मगर मै आपकी दी हुअी अिस अुपमाको जरा और आगे ले जाअू, तो आप यह मान लेगे न कि जब मकान तैयार हो जाय, तब अुस पाडको गिरा देना चाहिये?"

"हा, जब शरीर-पात हो जायगा, तब वह भी दूर हो जायगा।"

"यह क्यो ?"

विलकिनसन अिस सवादको ध्यानपूर्वक सुन रहे थे। अुन्होने कहा "यह अिसलिअे कि हम निरन्तर निर्माण ही करते रहते है।"

गाधीजी "अिसलिअे कि हम निरन्तर पूर्णताके लिअे प्रयत्न करते रहते है। केवल अेक अीश्वर ही पूर्ण है, मनुष्य कभी पूर्ण नही होता।"

हरिजनसेवक, २५-५-१९३५

७

मुंहसे रामनाम जपना

१

सवाल — दूसरेसे बातचीत करते समय, मस्तिष्क द्वारा कठिन कार्य करते समय या अचानक पैदा होनेवाली घबराहट वगैराके समय भी क्या हृदयमे रामनामका जप हो सकता है? अगर अैसी दशामे भी लोग करते है, तो कैसे करते है?

जवाब — अनुभव कहता है कि मनुष्य किसी भी हालतमे हो, चाहे सोता भी क्यो न हो, लेकिन अगर अुसे आदत हो गअी है और रामनाम हृदयस्थ हो गया है, तो जब तक हृदय चलता है, तब तक रामनाम हृदयमे चलता ही रहना चाहिये। वर्ना यह कहा जायगा कि मनुष्य जो रामनाम लेता है, वह अुसके कठसे ही निकलता है या अुसने सिर्फ हृदयके स्तरको ही छुआ है, लेकिन हृदय पर अुसका साम्राज्य स्थापित नही हुआ है। यदि रामनामने हृदयका स्वामित्व पा लिया हो तो जप कैसे करते है, यह सवाल पूछा ही नही जा सकता। क्योकि जब वह हृदयमे स्थान ले लेता है, तब अुच्चारणकी आवश्यकता ही नही रह जाती। लेकिन यह कहना ठीक होगा कि अिस तरह जिनके हृदयमे रामनाम बस गया है, अैसे लोग बहुत कम होगे। जो शक्ति रामनाममे मानी गअी है, अुसके बारेमे मुझे कोअी शक नही है। हरअेक आदमी अिच्छा मात्रसे ही रामनामको अपने हृदयमे अकित नही कर सकता। अुसके लिअे अथक परिश्रम और धीरजकी जरूरत है। पारसमणिको पानेके लिअे धीरज और परिश्रम क्यो न हो? रामनाम तो अुससे भी ज्यादा कीमती, बल्कि अमूल्य है।

हरिजनसेवक, १७-२-१९४६

२

स० — क्या रामनामको हृदयमे ही रखना काफी नही है? या अुसके अुच्चारणमे कोअी खास विशेषता है?

ज० — मेरा विश्वास है कि रामनामके अुच्चारणका विशेष महत्त्व है। अगर कोअी जानता है कि अीश्वर सचमुच अुसके हृदयमे बसता है, तो मै मानता हू कि अुसके लिअे मुहसे रामनाम जपना जरूरी नही है। लेकिन मै अैसे किसी आदमीको नही जानता। अुलटे, मेरा अपना अनुभव कहता है कि मुहसे रामनाम जपनेमे कुछ अनोखापन है। क्यो या कैसे, यह जानना आवश्यक नही।

हरिजनसेवक, १४–३–१९४६

८

रामधुन

गाधीजीने कहा — जिन्हे थोडा भी अनुभव है, वे दिलसे गायी जानेवाली रामधुनकी, यानी भगवानका नाम जपनेकी शक्तिको जानते है। मै लाखो सिपाहियोके अपने बैण्डकी लयके साथ कदम अुठाकर मार्च करनेसे पैदा होनेवाली ताकतको जानता हू। फौजी ताकतने दुनियामे जो बरबादी की है, अुसे रास्ते चलनेवाला भी देख सकता है। हालाकि यह कहा जाता है कि लडाअी खतम हो गअी, फिर भी अुसके बादके नतीजे लडाअीसे भी ज्यादा बुरे साबित हुअे है। यही फौजी ताकतके दिवालियापनका सबूत है।

मै बिना किसी हिचकिचाहटके यह कह सकता हू कि लाखो आदमियो द्वारा सच्चे दिलसे अेक ताल और अेक लयके साथ गाअी जानेवाली रामधुनकी ताकत फौजी ताकतके दिखावेसे बिलकुल अलग और कअी गुना बढी-चढी होती है। दिलसे भगवानका नाम लेनेसे आजकी बरबादीकी जगह टिकाअ् शान्ति और आनन्द पैदा होगा।

हरिजनसेवक ३१–८–१९४७

९

यौगिक क्रियाअे

अक मिशनरी मित्रने गाधीजीसे पूछा कि क्या वे कोअी यौगिक क्रियाये करते है। अिसके अुत्तरमे गाधीजीने कहा

"योगकी क्रियाअे तो मै जानता नही। मै जो किया करता हू, अुसे तो बचपनमे अपनी आयासे मैने सीखा था। मुझे भूतका डर लगता था। अिस पर वह मुझसे कहा करती थी 'भूत जैसी कोअी चीज है ही नही, फिर भी अगर तुझे डर लगे, तो रामनाम ले लिया कर।' मैने बचपनमे जो सीखा, अुसने मेरे मानसिक आकाशमे विशाल रूप धारण कर लिया है। अिस सूर्यने मेरी घोरसे घोर अधकारकी घडीमे मुझे प्रकाश प्रदान किया है। यही आश्वासन अीसाअीको अीसाका नाम लेनेसे और मुसलमानको अल्लाहका नाम लेनेसे मिलता है।* अिन सब चीजोका अर्थ तो अेक ही है और समान परिस्थितियोमे अिनका अेक-सा ही परिणाम आता है। मात्र यह नामस्मरण तोतेकी तरह नही होना चाहिये, किन्तु यह नाम-ध्वनि अतस्तलसे अुठनी चाहिये।

हरिजनसेवक, १२-१२-१९३६

---

* अिस्लामका अल्लाह वही है, जो अीसाअियोका गॉड और हिन्दुओका अीश्वर है। जिस तरह हिन्दू धर्ममे अीश्वरके अनेक नाम है, अुसी तरह अिस्लाममे भी अीश्वरके कअी नाम है। वे नाम व्यक्तित्वको नही, बल्कि गुणोको बताते है। और तुच्छ मनुष्यने अपने नम्र तरीकेसे सर्वशक्तिमान अीश्वरका अुसके गुणो द्वारा वर्णन करनेका प्रयत्न किया है, यद्यपि वह गुणातीत, अवर्णनीय और असीम है। —हरिजन, १२-८-१९३८

१०

यकीनी अिमदाद

अिसमे कोअी शक नही कि रामनाम सबसे ज्यादा यकीनी अिमदाद है। अगर दिलसे अुसका जप किया जाय, तो वह हरअेक बुरे खयालको तुरन्त दूर कर सकता है। और जब बुरा खयाल मिट गया, तो अुसका बुरा असर होना सभव नही। अगर मन कमजोर है, तो बाहरकी सब अिमदाद बेकार है, और मन पवित्र है, तो वह सब गैरजरूरी है। अिसका यह मतलब हरगिज न समझना चाहिये कि अेक पवित्र मनवाला आदमी सब तरहकी छूट लेते हुअे भी बेदाग बचा रह सकता है। अैसा आदमी खुद ही अपने साथ कोअी छूट न लेगा। अुसका सारा जीवन ही अुसकी भीतरी पवित्रताका सच्चा सबूत होगा। गीतामे ठीक ही कहा है कि आदमीका मन ही अुसे बनाता है और वही अुसे बिगाडता भी है। मिल्टन जब यह कहता है कि "मनुष्यका मन ही सब कुछ है, वही स्वर्गको नरक और नरकको स्वर्ग बना देता है", तो वह भी अिसी विचारकी व्याख्या करता है।

हरिजनसेवक, १२-५-१९४६

११

रामनामका मजाक

स० — बनारसका रामनाम बैंक, और रामनाम छपा कपडा पहनना, या शरीर पर रामनाम लिखकर घूमना रामनामका मजाक और हमारा पतन नही तो क्या है? अैसी हालतमे सारे रोगोके रामबाण अिलाजके रूपमे रामनामका प्रचार करके क्या आप अिन ढोगियोके हाथमे पत्थर नही दे रहे है? अन्तर-प्रेरणासे निकला हुआ रामनाम ही रामबाण हो सकता है। और मै मानता हू कि अैसी अन्तर-प्रेरणा सच्ची धार्मिक शिक्षासे ही मिलेगी।

ज० — आपने ठीक कहा है। आजकल हमारे अन्दर अितना वहम फैला हुआ है और अितना दम्भ चलता है कि सही चीज करनेमे भी डरना पडता

है। लेकिन अिस तरह डरते रहनेसे तो सत्यको भी छिपाना पड सकता है। अिसलिअे सुनहला कानून तो यही है कि जिसे हम सही समझे, अुसे निडर होकर करे। दम्भ और झूठ तो जगतमे चलता ही रहेगा। हमारे सही चीज करनेसे वह कुछ कम ही होगा, बढ कभी नही सकता। यह ध्यान रहे कि जब चारो ओर झूठ चलता हो, तब हम भी अुसीमे फसकर अपनेको धोखा न दे। अपनी शिथिलता और अज्ञानके कारण हम अनजाने भी अैसी गलती न करे। हर हालतमे सावधान रहना तो हमारा कर्तव्य है ही। सत्यका पुजारी दूसरा कुछ कर ही नही सकता। रामनाम जैसी रामबाण औषध लेनेमे सतत जागृति न हो, तो रामनाम व्यर्थ जाय और हम बहुतसे वहमोमे अेक और वहम बढा दे।

हरिजनसेवक, २–६–१९४६

१२

रामनाम और जंतर-मंतर

मै निडर होकर कह सकता हू कि मेरे रामनामका जतर-मतरसे कोअी वास्ता नही। मैने कहा है कि रामनाम अथवा किसी भी रूपमे हृदयसे अीश्वरका नाम लेना अेक महान शक्तिका सहारा लेना है। वह शक्ति जो कर सकती है, सो दूसरी कोअी शक्ति नही कर सकती। अुसके मुकाबले अणुबम भी कोअी चीज नही। अुससे सब दर्द दूर होते है। हा, यह सही है कि हृदयसे नाम लेनेकी बात कहना आसान है, करना कठिन है। वह कितना ही कठिन क्यो न हो, फिर भी वही सर्वोपरि वस्तु है।

हरिजनसेवक, १३–१०–१९४६

१३

रामनामका प्रचार

मुझे यह प्रतीत होता है कि रामनामकी महिमाके बारेमे मुझे अब कुछ नया सीखना बाकी नही है, क्योकि मुझे अुसका अनुभव-ज्ञान है। और अिसीलिअे मेरा यह अभिप्राय है कि खादी और स्वराज्यके प्रचारकी तरह रामनामका प्रचार नही हो सकता। अिस कठिन कालमे रामनामका अुलटा जप होता है। अर्थात् बहुतसे स्थानोमें केवल आडम्बरके लिअे, कुछ स्थानोमे अपने स्वार्थके लिअे और कुछ जगहोमे व्यभिचार करनेके लिअे अिसका जप होता हुआ मैंने देखा है। यदि केवल अुसके अुलटे अक्षरोका ही जप हो, तो अुसके बारेमे मुझे कुछ भी नही कहना है। यह हमने पढा है कि शुद्ध हृदयके लोगोने अुलटा जप जपकर भी मुक्ति प्राप्त की है। और अिसे हम मान भी सकते है। लेकिन शुद्ध अुच्चारण करनेवाले पापी पापकी पुष्टिके लिअे रामनामके मत्रका जप करे, तो अिसे हम क्या कहेगे? अिसीलिअे मै रामनामके प्रचारसे डरता हू। जो लोग यह मानते है कि भजन-मडलीमें बैठकर राम-नामकी रट लगानेसे, शोर करनेसे ही भूत, भविष्य और वर्तमानके सब पाप नष्ट हो जायेगे और कुछ भी करना बाकी न रहेगा, अुन्हे तो दूरसे ही नमस्कार करना चाहिये। अुनका अनुकरण नही किया जा सकता।

अिसलिअे जो रामनामका प्रचार करना चाहता है, अुसे स्वय अपने हृदयमे ही अुसका प्रचार करके अुसे शुद्ध कर लेना चाहिये और अुस पर रामका साम्राज्य स्थापित करके अुसका प्रचार करना चाहिये। फिर अुसे ससार भी ग्रहण करेगा और लोग भी रामनामका जप करने लगेगे। लेकिन हर किसी स्थान पर रामनामका जैसा-तैसा भी जप करना पाखडकी वृद्धि करना है और नास्तिकताके प्रवाहका वेग बढाना है।

हिन्दी नवजीवन, १९–११–१९२५

१४

मेरा राम

जब गाधीजीसे पूछा गया कि गैर-हिन्दू रामधुनमे कैसे भाग ले सकते है, तब अुन्होने कहा

“जब कोअी यह अेतराज अुठाता है कि रामका नाम लेना या रामधुन गाना तो सिर्फ हिन्दुओके लिअे है, मुसलमान अुसमे किस तरह शरीक हो सकते है, तब मुझे मन-ही-मन हसी आती है। क्या मुसलमानोका भगवान हिन्दुओ, पारसियो या अीसाअियोके भगवानसे जुदा है? नही, सर्वशक्तिमान और सर्वव्यापी अीश्वर तो अेक ही है। अुसके कअी नाम है, और अुसका जो नाम हमे सबसे ज्यादा प्यारा होता है, अुस नामसे हम अुसको याद करते है।

“मेरा राम, हमारी प्रार्थनाके समयका राम, वह अैतिहासिक राम नही है, जो दशरथका पुत्र और अयोध्याका राजा था। वह तो सनातन, अजन्मा और अद्वितीय राम है। मै अुसीकी पूजा करता हू। अुसीकी मदद चाहता हू। आपको भी यही करना चाहिये। वह समान रूपसे सब किसीका है। अिसलिअे मेरी समझमे नही आता कि क्यो किसी मुसलमानको या दूसरे किसीको अुसका नाम लेनेमे अेतराज होना चाहिये? लेकिन यह कोअी जरूरी नही कि वह रामके रूपमे ही भगवानको पहचाने — अुसका नाम ले। वह मन-ही-मन अल्लाह या खुदाका नाम भी अिस तरह जप सकता है, जिससे अुसमे बेसुरापन न आवे।”

हरिजनसेवक, २८–४–१९४६

१५

राम कौन?

१

स० — आप कहा करते है कि प्रार्थनामे प्रयुक्त रामका आशय दशरथके पुत्र रामसे नही। आपका आशय जगन्नियतासे होता है। हमने भलीभाति देखा है कि रामधुनमे 'राजाराम, सीताराम', 'राजाराम, सीताराम' का कीर्तन होता है। और जयकार भी 'सीतापति रामचन्द्रकी जय' का लगता है। मै विनम्र भावसे पूछता हू कि ये सीतापति राम कौन है? ये राजाराम कौन है? क्या ये दशरथके सुपुत्र राम नही है?

ज० — रामधुनमे 'राजाराम', 'सीताराम' अवश्य रटा जाता है। वह दशरथ-नन्दन राम नही तो कौन है? तुलसीदासजीने तो अिसका अुत्तर दिया ही है, तो भी मुझे कहना चाहिये कि मेरी राय कैसे बनी है। रामसे रामनाम बडा है। हिन्दू धर्म महासागर है। अुसमे अनेक रत्न भरे है। जितना गहरे पानीमे जाओ, अुतने ज्यादा रत्न मिलते है। हिन्दू धर्ममे औश्वरके अनेक नाम है। सैकडो लोग राम-कृष्णको अैतिहासिक व्यक्ति मानते है, और मानते है कि जो राम दशरथके पुत्र माने जाते है, वही औश्वरके रूपमे पृथ्वी पर आये और अुनकी पूजासे आदमी मुक्ति पाता है। अैसा ही कृष्णके लिअे है। अितिहास, कल्पना और शुद्ध सत्य आपसमे अितने ओतप्रोत है कि अुन्हे अलग करना लगभग असभव है। मैने अपने लिअे औश्वरकी सब सज्ञाये रखी है। और अुन सबमे मै निराकार, सर्वस्थ रामको ही देखता हू। मेरे लिअे मेरा राम सीतापति दशरथ-नन्दन कहलाते हुअे भी वह सर्वशक्तिमान औश्वर ही है, जिसका नाम हृदयमे होनेसे मानसिक, नैतिक और भौतिक सब दु खोका नाश हो जाता है।

२

गाधीजीने आगे कहा "जिस रामके नामको मै सब बीमारियोकी रामबाण दवा कहता हू, वह राम न तो अैतिहासिक राम है, और न अुन लोगोका राम है, जो अुसका अिस्तेमाल जादू-टोनेके लिअे करते है। सब रोगोकी रामबाण दवाके रूपमे मै जिस रामका नाम सुझाता हू, वह तो खुद औश्वर ही है, जिसके नामका जप करके भक्तोने शुद्धि और शान्ति

पाओी है। और मेरा यह दावा है कि रामनाम सभी बीमारियोकी, फिर वे तनकी हो, मनकी हो या रूहानी हो, अेक ही अचूक दवा है। अिसमे शक नही कि डॉक्टरो या वैद्योसे शरीरकी बीमारियोका अिलाज कराया जा सकता है। लेकिन रामनाम तो आदमीको खुद ही अपना वैद्य या डॉक्टर बना देता है, और अुसे अपनेको अन्दरसे नीरोग बनानेकी सजीवनी हासिल करा देता है। जब कोअी बीमारी अिस हद तक पहुच जाती है कि अुसे मिटाना मुमकिन नही रहता, अुस वक्त भी रामनाम आदमीको अुसे शान्त और स्वस्थ भावसे सह लेनेकी ताकत देता है।" अुन्होने और कहा "जिस आदमीको रामनाममे श्रद्धा है, वह जैसे-तैसे अपनी जिन्दगीके दिन बढानेके लिअे नामी-गरामी डॉक्टरो और वैद्योके दरकी खाक नही छानेगा और यहासे वहा मारा-मारा नही फिरेगा। रामनाम डॉक्टरो और वैद्योके हाथ टेक देनेके बाद लेनेकी चीज भी नही। वह तो आदमीको डॉक्टरो और वैद्योके बिना भी अपना काम चला सकनेवाला बनानेकी चीज है। रामनाममे श्रद्धा रखनेवालेके लिअे वही अुसकी पहली और आखिरी दवा है।"

हरिजनसेवक, २–६–१९४६

१६

दशरथ-नन्दन राम

अेक आर्यसमाजी भाओी लिखते है :

"जिन अविनाशी रामको आप ओीश्वर-स्वरूप मानते है, वे दशरथ-नन्दन सीतापति राम कैसे हो सकते है? अिस दुविधाका मारा मै आपकी प्रार्थनामे बैठता तो हू, लेकिन रामधुनमे हिस्सा नही लेता। यह मुझे चुभता है। क्योकि आपका कहना तो यह है कि सब हिस्सा ले, और यह ठीक भी है। तो क्या आप अैसा कुछ नही कर सकते, जिससे सब हिस्सा ले सके?"

सबके मानी मै बता चुका हू। जो लोग दिलसे हिस्सा ले सके, जो अेक सुरमे गा सके, वे ही अिसमे हिस्सा ले, बाकी शान्त रहे। लेकिन यह तो छोटी बात हुअी। बडी बात तो यह है कि दशरथ-नन्दन राम अविनाशी कैसे हो सकते है? यह सवाल खुद तुलसीदासजीने अुठाया था और अुन्होने

अिसका जवाब भी दिया था। अैसे सवालोका जवाब बुद्धिसे नही दिया जा सकता — अुससे खुद बुद्धिको भी सन्तोष नही होता। यह दिलकी बात है। दिलकी बात दिल ही जाने। शुरूमे मैने रामको सीतापतिके रूपमे पूजा। लेकिन जैसे-जैसे मेरा ज्ञान और अनुभव बढता गया, वैसे-वैसे मेरा राम अविनाशी और सर्वव्यापी बनता गया, और है। अिसका मतलब यह है कि वह सीतापति बना रहा और साथ ही सीतापतिके मानी भी बढ गये। ससार अैसे ही चलता है। जिसका राम दशरथ राजाका ही रहा, अुसका राम सर्वव्यापी नही हो सकता, लेकिन सर्वव्यापी रामका बाप दशरथ भी सर्वव्यापी बन जाता है — पिता और पुत्र अेक हो जाते है। कहा जा सकता है कि यह सब मनमानी है। 'जैसी जिसकी भावना, वैसा अुसको होय'। दूसरा कोअी चारा मुझे नजर नही आता। अगर मूलमे सब धर्म अेक है, तो हमे सबका अेकीकरण करना है। वे अलग तो पडे ही है, और अलग मानकर हम अेक-दूसरेको मारते हैं। और जब थक जाते है, तो नास्तिक बन जाते है, और फिर सिवा 'हम' के न अीश्वर रहता है, न कुछ और। लेकिन जब समझ जाते है, तो हम कुछ नही रह जाते। अीश्वर ही सब कुछ बन जाता है। वह दशरथ-नन्दन, सीतापति, भरत व लक्ष्मणका भाअी है भी और नही भी है। जो दशरथ-नन्दन रामको न मानते हुअे भी सबके साथ प्रार्थनामे बैठते है, अुनकी बलिहारी है! यह बुद्धिवाद नही। यहा मै यह बता रहा हू कि मै क्या करता हू, और क्या मानता हू।

हरिजनसेवक, २२–९–१९४६

१७

मेरा राम कौन ?

आप लोग अुस सर्वशक्तिमान भगवानकी गुलामी मजूर करे। अिससे कोअी मतलब नही कि आप अुसे किस नामसे पुकारते है। तब आप किसी अिन्सान या अिन्सानोके सामने घुटने नही टेकेगे। यह कहना नादानी है कि मै राम — महज अेक आदमी — को भगवानके साथ मिलाता हू। मैने कअी बार खुलासा किया है कि मेरा राम खुद भगवान ही है। वह पहले था, आज भी मौजूद है, आगे भी हमेशा रहेगा। न कभी वह पैदा हुआ, न किसीने अुसे बनाया। अिसलिअे आप जुदा-जुदा धर्मोको बरदाश्त करे और अुनकी अिज्जत करे। मै खुद मूर्तियोको नही मानता, मगर मै मूर्ति-पूजकोकी अुतनी ही अिज्जत करता हू, जितनी औरोकी। जो लोग मूर्तियोको पूजते है, वे भी अुसी अेक भगवानको पूजते है, जो हर जगह है, जो अुगलीसे कटे हुअे नाखूनमे भी है। मेरे अैसे मुसलमान दोस्त है, जिनके नाम रहीम, रहमान, करीम है। जब मै अुन्हे रहीम, करीम और रहमान कहकर पुकारता हू, तो क्या मै अुन्हे खुदा मान लेता हू?

हरिजनसेवक, २–६–१९४६

१८

अीश्वर कौन और कहां है?

ब्रह्मचर्य क्या है, यह बताते हुअे मैने लिखा था कि ब्रह्म यानी अीश्वर तक पहुचनेका जो आचार होना चाहिये, वह ब्रह्मचर्य है। लेकिन अितना जान लेनेसे अीश्वरके रूपका पता नही चलता। अगर अुसका ठीक पता चल जाय, तो हम अीश्वरकी तरफ जानेका ठीक रास्ता भी जान सकते है। अीश्वर मनुष्य नही है। अिसलिअे वह किसी मनुष्यमे अुतरता है या अवतार लेता है, अैसा कहे तो यह पूरा सत्य नही है। अेक तरहसे अीश्वर किसी खास मनुष्यमे अुतरता है, अैसा कहनेका मतलब सिर्फ अितना ही हो सकता है कि वह मनुष्य अीश्वरके ज्यादा नजदीक है। अुसमे हमे ज्यादा अीश्वरपन दिखाअी देता है। अीश्वर तो सब जगह हाजिर है। वह सबमे मौजूद है।

अिसलिअे हम सब औीश्वरके अवतार है। मगर अैसा कहनेसे कोअी मतलब हल नही होता। राम, कृष्ण वगैराको हम अवतार कहते है, क्योकि अुनमे लोगोने औीश्वरके गुण देखे। आखिर तो राम, कृष्ण वगैरा मनुष्यकी खयाली दुनियामे बसते है और अुसकी खयाली तसवीरे ही है। अितिहासमे अैसे लोग हो गये या नही, अिसके साथ अिन कल्पनाकी तसवीरोका कोअी सम्बन्ध नही। कअी बार हम अितिहासके राम और कृष्णको ढूढते-ढूढते मुश्किलोमे पड जाते है और हमे कअी तरहकी दलीलोका सहारा लेना पडता है।

सच बात तो यह है कि औीश्वर अेक शक्ति है, तत्त्व है, शुद्ध चैतन्य है, सब जगह मौजूद है। मगर हैरानीकी बात यह है कि अैसा होते हुअे भी सबको अुसका सहारा या फायदा नही मिलता, या यो कहे कि सब अुसका सहारा पा नही सकते।

बिजली अेक बडी ताकत है। मगर सब अुससे फायदा नही अुठा सकते। अुसे पैदा करनेका अटल कानून है। अुसके मुताबिक काम किया जाय, तभी बिजली पैदा की जा सकती है। बिजली जड है, बेजान चीज है। अुसके अिस्तेमालका कायदा चेतन मनुष्य मेहनत करके जान सकता है। जिस चेतनामय बडी भारी शक्तिको हम औीश्वर कहते है, अुसके अिस्तेमालका भी नियम तो है ही। लेकिन यह चीज बिलकुल साफ है कि अुस नियमको ढूढनेके लिअे बहुत ज्यादा मेहनतकी जरूरत है। अेक शब्दमे अुस नियमका नाम है ब्रह्मचर्य। ब्रह्मचर्यको पालनेका सीधा रास्ता रामनाम है। यह मै अपने अनुभवसे कह सकता हू। तुलसीदास जैसे भक्त और अृषि-मुनियोने तो वह रास्ता बताया ही है। मेरे अनुभवका कोअी जरूरतसे ज्यादा मतलब न निकाले। रामनाम सब जगह मौजूद रहनेवाली रामबाण दवा है, यह शायद मैने पहले-पहल अुरुळीकाचनमे ही साफ-साफ जाना था। जो अुसका पूरा अुपयोग जानता है, अुसे जगतमे कम-से-कम बाहरी काम करना पडता है। फिर भी अुसका काम बडे-से-बडा होता है।

अिस तरह विचार करते हुअे मै कहता हू कि ब्रह्मचर्यकी रक्षाके जो नियम माने जाते है, वे तो खेल ही है। सच्ची और अमर रक्षा तो रामनाम ही है। राम जब जीभसे अुतरकर हृदयमे बस जाता है, तभी अुसका पूरा चमत्कार दिखलाअी देता है। यह अचूक साधन पानेके लिअे अेकादश व्रत तो है ही। मगर कअी साधन अैसे होते है कि अुनमे से कौनसा साधन

और कौनसा साध्य है, यह फर्क करना मुश्किल हो जाता है। अकादश व्रतोंमें से सत्यको ही लें, तो पूछा जा सकता है कि क्या सत्य साधन है और राम साध्य? या राम साधन है और सत्य साध्य है?

मगर मैं सीधी बात पर आअू। ब्रह्मचर्यका आजका माना हुआ अर्थ लें, तो वह है — जननेंद्रिय पर काबू पाना। अिस सयमका सुनहला रास्ता और अुसकी अमर रक्षा रामनाम ही है।

हरिजनसेवक, २२–६–१९४७

१९

रामनाम और कुदरती अिलाज

दूसरी सब चीजोंकी तरह मेरी कुदरती अिलाजकी कल्पनाने भी धीरे-धीरे विकास किया है। बरसोंसे मेरा यह विश्वास रहा है कि जो मनुष्य अपनेमें अीश्वरका अस्तित्व अनुभव करता है, और अिस तरह विकाररहित स्थिति प्राप्त कर चुकता है, वह लम्बे जीवनके रास्तेमें आनेवाली सारी कठिनाअियोंको जीत सकता है। मैंने जो देखा और धर्मशास्त्रोंमें पढा है, अुसके आधार पर मैं अिस नतीजे पर पहुचा हू कि जब मनुष्यमें अुस अदृश्य शक्तिके प्रति पूर्ण जीवित श्रद्धा पैदा हो जाती है, तब अुसके शरीरमें भीतरी परिवर्तन होता है। लेकिन यह सिर्फ अिच्छा करने मात्रसे नही हो जाता। अिसके लिअे हमेशा सावधान रहने और अभ्यास करनेकी जरूरत रहती है। दोनोंके होते हुअे भी अीश्वर-कृपा न हो, तो मानव-प्रयत्न व्यर्थ जाता है।

प्रेस रिपोर्ट, १२–६–१९४५

२०

कुदरती अिलाज

कुदरती अिलाज और अुपचारका अर्थ है, अैसे अुपचार या अिलाज जो मनुष्यके लिअे योग्य हो। मनुष्य यानी मनुष्यमात्र। मनुष्यमे मनुष्यका शरीर तो है ही, लेकिन अुसमे मन और आत्मा भी है। अिसलिअे सच्चा कुदरती अिलाज तो रामनाम ही है। अिसीलिअे रामबाण शब्द निकला है। रामनाम ही रामबाण अिलाज है। मनुष्यके लिअे कुदरतने अुसीको योग्य माना है। कोअी भी व्याधि हो, अगर मनुष्य हृदयसे रामनाम ले, तो अुसकी व्याधि नष्ट होनी चाहिये। रामनाम यानी अीश्वर, खुदा, अल्लाह, गॉड। अीश्वरके अनेक नाम है, अुनमे से जो जिसे ठीक लगे, अुसे वह चुन ले, लेकिन अुसमे हार्दिक श्रद्धा हो, और श्रद्धाके साथ प्रयत्न हो। वह कैसे?

जिस चीजका मनुष्य पुतला बना है, अुसीसे वह अिलाज ढूढे। पुतला पृथ्वी, पानी, आकाश, तेज और वायुका बना है। अिन पाच तत्त्वोसे जो मिल सके सो ले। अुसके साथ रामनाम तो अनिवार्य रूपसे चलता ही रहे। नतीजा यह आता है कि अितना होते हुअे भी शरीरका नाश हो, तो होने दे और हर्षपूर्वक शरीर छोड दे। दुनियामे अैसा कोअी अिलाज नही निकला है, जिससे शरीर अमर बन सके। अमर तो आत्मा ही है। अुसे कोअी मार नही सकता। अुसके लिअे शुद्ध शरीर पैदा करनेका प्रयत्न तो सब करे। अुसी प्रयत्नमे कुदरती अिलाज अपने आप मर्यादित हो जाता है। और अिससे आदमी बडे-बडे अस्पतालो और योग्य डॉक्टरो वगैराकी व्यवस्था करनेसे बच जाता है। दुनियाके असख्य लोग दूसरा कुछ कर भी नही सकते। और जिसे असख्य नही कर सकते, अुसे थोडे क्यो करे?

हरिजनसेवक, ३-३-१९४६

२१

रामनाम — रामबाण अिलाज

यह देखकर कि कुदरती अिलाजोमे मैने रामनामको रोग मिटानेवाला माना है और अिस सम्बन्धमे कुछ लिखा भी है, वैद्यराज श्री गणेशशास्त्री जोशी मुझसे कहते है कि अिसके सम्बन्धका और अिससे मिलता-जुलता साहित्य आयुर्वेदमे काफी पाया जाता है। रोगको मिटानेमे कुदरती अिलाजका अपना बडा स्थान है और अुसमे भी रामनाम विशेष है। यह मानना चाहिये कि जिन दिनो चरक, वाग्भट वगैराने लिखा था, अुन दिनो अीश्वरको रामनामके रूपमे पहचाननेकी रूढि पडी नही थी। अुस समय विष्णुके नामकी महिमा थी। मैने तो बचपनसे रामनामके जरिये ही अीश्वरको भजा है। लेकिन मै जानता हू कि अीश्वरको ॐ नामसे भजो या सस्कृत, प्राकृतसे लेकर अिस देशकी या दूसरे देशकी किसी भी भाषाके नामसे अुसको जपो, परिणाम अेक ही होता है। अीश्वरको नामकी जरूरत नही। वह और अुसका कायदा दोनो अेक ही है। अिसलिअे अीश्वरी नियमोका पालन ही अीश्वरका जप है। अतअेव केवल तात्त्विक दृष्टिसे देखे, तो जो अीश्वरकी नीतिके साथ तदाकार हो गया है, अुसे जपकी जरूरत नही। अथवा जिसके लिअे जप या नामका अुच्चारण सास-अुसासकी तरह स्वाभाविक हो गया है, वह अीश्वरमय बन चुका है। यानी अीश्वरकी नीतिको वह सहज ही पहचान लेता है और सहज भावसे अुसका पालन करता है। जो अिस तरह बरतता है, अुसके लिअे दूसरी दवाकी जरूरत क्या?

अैसा होने पर भी जो दवाओकी दवा है, यानी राजा दवा है, अुसीको हम कम-से-कम पहचानते है। जो पहचानते है, वे अुसे भजते नही; और जो भजते है, वे सिर्फ जबानसे भजते है, दिलसे नही। अिस कारण वे तोतेके स्वभावकी नकल भर करते है, अपने स्वभावका अनुसरण नही। अिसलिअे वे सब अीश्वरको 'सर्वरोगहारी' के रूपमे नही पहचानते।

पहचाने भी कैसे? यह दवा न तो वैद्य अुन्हे देते है, न हकीम, और न डॉक्टर। खुद वैद्यो, हकीमो और डॉक्टरोको भी अिस पर आस्था नही। यदि वे बीमारोको घर बैठे गगा-सी यह दवा दे, तो अुनका धन्धा कैसे चले? अिसलिअे अुनकी दृष्टिमे तो अुनकी पुडिया और शीशी ही रामबाण दवा है। अिस दवासे अुनका पेट भरता है और रोगीको हाथोहाथ फल

भी देखनेको मिलता है। "फला-फलाने मुझको चूरन दिया और मैं अच्छा हो गया।" कुछ लोग अैसा कहनेवाले निकल आते है और वैद्यका व्यापार चल पडता है।

वैद्यो और डॉक्टरोके रामनाम रटनेकी सलाह देनेसे रोगीका दुख दूर नही होता। जब वैद्य खुद अुसके चमत्कारको जानता है, तभी रोगीको भी अुसके चमत्कारका पता चल सकता है। रामनाम पोथीका बैंगन नही, वह तो अनुभवकी प्रसादी है। जिसने अुसका अनुभव प्राप्त किया है, वही यह दवा दे सकता है, दूसरा नही।

वैद्यराजने मुझे चार मत्र लिखकर दिये है। अुनमे चरक अृषिका मत्र सीधा और सरल है। अुसका अर्थ यो है

चराचरके स्वामी विष्णुके हजार नामोमे से अेकका भी जप करनेसे सब रोग शान्त होते है।

विष्णु सहस्रमूर्धान चराचरपति विभुम्।
स्तुवन्नामसहस्रेण ज्वरान् सर्वान् व्यपोहति।।

—चरक चिकित्सा, अ० ३—श्लोक ३११

हरिजनसेवक, २४-३-१९४६

२२

सब रोगोंका अिलाज

गाधीजीने कहा—"अगर आप अपने दिलसे डरको दूर कर दे, तो मै कहूगा कि आपने मेरी बहुत मदद की। लेकिन वह कौनसी जादूअी चीज है, जो आपके अिस डरको भगा सकती है? वह है रामनामका अमोघ मत्र। शायद आप कहेगे कि रामनाममे आपको विश्वास नही, आप अुसे नही जानते। लेकिन अुसके बगैर आप अेक सास भी नही ले सकते। अुसे आप चाहे अीश्वर कहिये, अल्लाह कहिये, गॉड कहिये, या अहुरमज्द कहिये। दुनियामे जितने अिन्सान है, अुतने ही अुसके बेशुमार नाम हैं। विश्वमे अुसके जैसा दूसरा कोअी नही। वही अेक महान है, विभु है। दुनियामे अुससे बडा और कोअी नही। वह अनादि, अनन्त, निरजन और निराकार है। मेरा राम अैसा है। अेक वही मेरा स्वामी और मालिक है।"

गाधीजीने रुधे हुअे कठसे अिस बातका जिक्र किया कि बचपनमे वे बहुत डरपोक थे और परछाहीसे भी डरा करते थे। अुन दिनो अुनकी धाय रभाने अुन्हे डर भगानेके लिअे रामनामका मत्र सिखाया था। अुन्होने कहा — "रभा मुझसे कहती कि 'जब डर मालूम हो, रामका नाम लिया करो। वह तुम्हारी रक्षा करेगा'। अुस दिनसे रामनाम सब तरहके डरोके लिअे मेरा अचूक सहारा बन गया है।

"राम पवित्र लोगोके दिलमे हमेशा रहता है। जिस तरह बगालमे श्री चैतन्य और श्री रामकृष्णका नाम मशहूर है, अुसी तरह काश्मीरसे कन्या-कुमारी तक हरअेक हिन्दू घर जिनके नामसे वाकिफ है, अुन भक्त-शिरोमणि तुलसीदासने अपने अमर महाकाव्य रामायणमे हमको रामनामका मत्र दिया है। अगर आप रामनामसे डर कर चले, तो दुनियामे आपको क्या राजा, क्या रक, किसीसे डरनेकी जरूरत न रह जाय। 'अल्लाहो अकबर' की पुकारोसे आपको क्यो डरना चाहिये? अिस्लामका अल्लाह तो बेगुनाहोकी हिफाजत करनेवाला है। पूर्वी बगालमे जो वारदाते हुअी है, अुन्हे पैगम्बर साहबका अिस्लाम मजूर नही करता।

"अगर अीश्वरमे आपकी श्रद्धा है, तो किसकी ताकत है कि आपकी औरतो और लडकियोकी अिज्जत पर हाथ डाले? अिसलिअे मुझे अुम्मीद है कि आप लोग मुसलमानोसे डरना छोड देगे। अगर आप रामनाममे विश्वास करते है, तो आपको पूर्वी बगाल छोडनेकी बात नही सोचनी चाहिये। जहा आप पैदा हुअे और पले-पुसे, वही आपको रहना चाहिये और जरूरत पडने पर बहादुर मर्दो और औरतोकी तरह अपनी आबरूकी हिफाजत करते हुअे वही मर जाना चाहिये। खतरेका सामना करनेके बदले अुससे दूर भागना अुस श्रद्धासे अिनकार करना है, जो मनुष्यकी मनुष्य पर, अीश्वर पर और अपने-आप पर रहती है। अपनी श्रद्धाका अैसा दिवाला निकालनेसे बेहतर तो यह है कि अिन्सान डूब कर मर जाय।

हरिजनसेवक, २४–११–१९४६

२३

कुदरती अिलाजमे रामनाम

प्राकृतिक अुपचारकके अिलाजोमे सबसे समर्थ अिलाज रामनाम है। अिसमे अचम्भेकी कोअी बात नही। अेक मशहूर वैद्यने अभी अुस दिन मुझसे कहा था 'मैने अपनी सारी जिन्दगी मेरे पास आनेवाले बीमारोको तरह-तरहकी दवाकी पुडिया देनेमे बिताअी है। लेकिन जब आपने शरीरके रोगोको मिटानेके लिअे रामनामकी दवा बताअी, तब मुझे याद पडा कि चरक और वाग्भट जैसे हमारे पुराने धन्वन्तरियोके वचनोसे भी आपकी बातको पुष्टि मिलती है।' आध्यात्मिक रोगोको (आधियोको) मिटानेके लिअे रामनामके जपका अिलाज बहुत पुराने जमानेसे हमारे यहा होता आया है। लेकिन चूकि बडी चीजमे छोटी चीज भी समा जाती है, अिसलिअे मेरा यह दावा है कि हमारे शरीरकी बीमारियोको दूर करनेके लिअे भी राम-नामका जप सब अिलाजोका अिलाज है। प्राकृतिक अुपचारक अपने बीमारसे यह नही कहेगा कि 'तुम मुझे बुलाओ तो मै तुम्हारी सारी बीमारी दूर कर दू।' वह तो बीमारको सिर्फ यह बतायेगा कि प्राणीमात्रमे रहनेवाला और सब बीमारियोको मिटानेवाला तत्त्व कौनसा है। किस तरह अुस तत्त्वको जाग्रत किया जा सकता है, और कैसे अुसको अपने जीवनकी प्रेरक शक्ति बनाकर अुसकी मददसे अपनी बीमारियोको दूर किया जा सकता है। अगर हिन्दुस्तान अिस तत्त्वकी ताकतको समझ जाय, तो हम आजाद तो हो ही जाये, लेकिन अुसके अलावा आज हमारा जो देश बीमारियो और कमजोर तबीयतवालोका घर बन बैठा है, वह तन्दुरुस्त और ताकतवर शरीरवाले लोगोका देश बन जाय।

रामनामकी शक्तिकी अपनी कुछ मर्यादा है और अुसके कारगर होनेके लिअे कुछ शर्तोका पूरा होना जरूरी है। रामनाम कोअी जतर-मतर या जादू-टोना नही। जो लोग खा-खा कर खूब मोटे हो गये है, और जो अपने मुटापेकी और अुसके साथ बढनेवाली बादीकी आफतसे बच जानेके बाद फिर तरह-तरहके पकवानोका मजा चखनेके लिअे अिलाजकी तलाशमे रहते है,

अुनके लिअे रामनाम किसी कामका नही। रामनामका अुपयोग तो अच्छे कामके लिअे होता है। बुरे कामके लिअे हो सकता होता, तो चोर और डाकू सबसे बडे भक्त बन जाते। रामनाम अुनके लिअे है, जो दिलके साफ है और जो दिलकी सफाअी करके हमेशा साफ-पाक रहना चाहते है। भोग-विलासकी शक्ति या सुविधा पानेके लिअे रामनाम कभी साधन नही बन सकता। बादीका अिलाज प्रार्थना नही, अुपवास है। अुपवासका काम पूरा होने पर ही प्रार्थनाका काम शुरू होता है, गोकि यह सच है कि प्रार्थनासे अुपवासका काम आसान और हलका बन जाता है। अिसी तरह अेक तरफसे आप अपने शरीरमे दवाकी बोतले अुडेला करे और दूसरी तरफ मुहसे रामनाम लिया करे, तो वह बेमतलब मजाक ही होगा। जो डॉक्टर बीमारकी बुराअियोको बनाये रखनेमे या अुन्हे सहेजनेमे अपनी होशियारीका अुपयोग करता है, वह खुद गिरता है और अपने बीमारको भी नीचे गिराता है।* अपने शरीरको अपने सिरजनहारकी पूजाके लिअे मिला हुआ अेक साधन समझनेके बदले अुसीकी पूजा करने और अुसको किसी भी तरह बनाये रखनेके लिअे पानीकी तरह पैसा बहानेसे बढकर बुरी गत और क्या हो सकती है? अिसके खिलाफ रामनाम रोगको मिटानेके साथ ही साथ आदमीको भी शुद्ध बनाता है और अिस तरह अुसको अूचा अुठाता है। यही रामनामका अुपयोग है, और यही अुसकी मर्यादा।

हरिजनसेवक, ७–४–१९४६

---

* हमे शरीरके बदले आत्माके चिकित्सकोकी जरूरत है। अस्पतालो और डॉक्टरोकी वृद्धि कोअी सच्ची सभ्यताकी निशानी नही है। हम अपने शरीरसे जितनी ही कम मोहब्बत करे, अुतना ही हमारे और सारी दुनियाके लिअे अच्छा है। — हिन्दी नवजीवन, ६–१०–१९२७

२४

आम लोगोंके लिअे अिलाज

"आपको यह जानकर खुशी होगी कि ४० बरससे भी पहले जब मैंने कुनेकी 'न्यू सायन्स ऑफ हीलिंग' और जुस्टकी 'रिटर्न टु नेचर' नामकी किताबे पढी, तभीसे मैं कुदरती अिलाजका पक्का हिमायती हो गया था। लेकिन मुझे यह कबूल करना चाहिये कि मैं 'रिटर्न टु नेचर' का पूरा-पूरा मतलब नही समझ सका हू — अिसकी वजह मेरी अिच्छाकी कमी नही, बल्कि मेरे ज्ञानकी कमी है। अब मैं कुदरती अिलाजका अैसा तरीका खोजनेकी कोशिश कर रहा हू, जो हिन्दुस्तानके करोडो गरीबोको फायदा पहुचा सके। मैं सिर्फ अैसे ही अिलाजके प्रचारकी कोशिश करता हू, जो मिट्टी, पानी, धूप, हवा और आकाशके अिस्तेमालसे किया जा सके। अिस अिलाजसे मनुष्यको कुदरतन् यह बात समझमे आ जाती है कि दिलसे भगवानका नाम लेना ही सारी बीमारियोका सबसे बडा अिलाज है। अिस भगवानको हिन्दुस्तानके कुछ करोड मनुष्य रामके नामसे जानते है और दूसरे कुछ करोड अल्लाहके नामसे पहचानते है। दिलसे भगवानका नाम लेनेवाले मनुष्यका यह फर्ज हो जाता है कि वह कुदरतके अुन नियमोको समझे और अुनका पालन करे, जो भगवानने मनुष्यके लिअे बना दिये है। यह दलील हमें अिस नतीजे पर पहुचाती है कि बीमारीका अिलाज करनेसे अुसे रोकना बेहतर है। अिसलिअे मैं लाजिमी तौर पर लोगोको सफाअीके नियम समझाता हू, यानी अुन्हे मन, शरीर और अुसके आसपासके वातावरणकी सफाअीका अुपदेश करता हू।"

हरिजनसेवक, १५–६–१९४७

रामबाण अुपाय

“आप जो भी कुछ लिखते है, मै बडे चावसे अुसका हरअेक शब्द पढता हू। ‘हरिजन’ का नया अक मिलने पर जब तक अुसे पूरा न पढ लू, मै रुक नही सकता। नतीजा अिसका यह होता है कि मेरे अन्दर अेक अजीब खुदी पैदा हो जाती है, जो चाहती है कि मै जिसकी पूजा करू, वह मेरी दृष्टिमे पूर्ण हो। कोअी भी अैसी चीज जिस पर विश्वास न जमे, मुझे बेचैन कर देती है। हालमे ही आपने लिखा है कि कुदरती अुपचारमे रामनाम शर्तिया अिलाज है। यह पढकर तो मै बिलकुल भ्रममे पड गया हू। आजके नौजवान अपनी सहनशीलताकी वजहसे आपकी बहुतसी बातोका विरोध करना पसन्द नही करते। वे सोचते है ‘गाधीजीने हमको अितनी सारी चीजे सिखाअी है, हमे अितना अूचा अुठाया है कि जिसकी हम कल्पना भी नही कर सकते थे। अिससे भी बढकर अुन्होने हमे स्वराज्यके नजदीक पहुचा दिया है। अिसलिअे रामनामकी अुनकी अिस झकको हमे बरदाश्त कर लेना चाहिये।’

“दूसरी चीजोके साथ आपने कहा है ‘कोअी भी व्याधि हो, अगर मनुष्य हृदयसे रामनाम ले, तो व्याधि नष्ट होनी चाहिये।’ (हरिजनसेवक, ३–३–१९४६)

‘जिस चीजका मनुष्य पुतला बना है, अुसीसे हम अिलाज ढूढे। पुतला पृथ्वी, पानी, आकाश, तेज और वायुका बना है। अिन पाच तत्त्वोसे जो मिल सके सो ले।’ (हरिजनसेवक, ३–३–१९४६)

‘ और मेरा दावा है कि शारीरिक रोगोको दूर करनेके लिअे भी रामनाम सबसे बढिया अिलाज है।’ (हरिजनसेवक, ७–४–१९४६)

“पहले-पहल जब कुदरती अुपचारमे आपने अिस चीजको दाखिल किया, तो मैने समझा कि आप श्रद्धाके आधार पर चलनेवाले मानसिक अुपचार (Psycho-Therapy) अथवा क्रिश्चियन-सायन्सको ही दूसरे शब्दोमे रख रहे है। अुपचारकी हरअेक प्रणालीमे अिनका अपना स्थान होता है। अूपरके

अपने पहले अुद्धरणकी मैंने अिसी मानीमे व्याख्या की। अूपर दिये हुअे दूसरे वाक्यको समझना कठिन है। आखिरकार अिन पच महाभूतोके बिना, जिनका जिक्र करते हुअे आप कहते है कि सिर्फ वही अुपचारके साधन होने चाहिये, दवाअियोका बनना भी तो नामुमकिन है।

"अगर आप श्रद्धा पर जोर देते है, तो मेरा कोअी झगडा नही। रोगीके लिअे जरूरी है कि वह अच्छा होनेके लिअे श्रद्धा भी रखे। लेकिन यह मान लेना मुश्किल है कि सिर्फ श्रद्धासे ही हमारे शारीरिक रोग भी दूर हो जायगे। दो साल पहले मेरी छोटी लडकीको 'अिन्फेण्टाअिल पैरेलिसिस' (Infantile Paralysis) हो गया था। अगर आजके नये तरीकोसे अुसका अिलाज न किया जाता, तो बेचारी हमेशाके लिअे पगु हो जाती। आप यह तो मानेगे कि अेक ढाअी सालके बच्चेको 'अिन्फेण्टाअिल पैरेलिसिस' से मुक्त होनेके लिअे रामनामका जप बताकर हम अुसकी मदद नही कर सकते, और न अेक माताको अपने बच्चेके लिअे अकेले अेक रामनामका ही जप करनेको आप राजी कर सकते है।

"२४ मार्चके अकमे आपने चरकका जो प्रमाण दिया है, अुससे मुझे कोअी प्रोत्साहन नही मिलता, क्योकि आपने ही मुझे सिखाया है कि कोअी चीज कितनी ही पुरानी या प्रामाणिक क्यो न हो, अगर दिलको न जचे तो अुसे नही मानना चाहिये।"

नौजवानोके अेक अध्यापक अिस तरह लिखते है।

रामनाममे फेथ-हीलिग (श्रद्धासे अिलाज करने) और क्रिश्चियन-सायन्सके* गुण होते हुअे भी वह अुनसे बिलकुल अलग है। रामनाम लेना तो

---

* अपनी आखिरी रोजकी बातचीतमे लॉर्ड लोथियनने क्रिश्चियन सायन्स अर्थात् अीसाअी-विज्ञानका जिक्र किया और अुस पर गाधीजीकी राय मागी। गाधीजीने कहा — "मनुष्यका अीश्वरसे अटूट सम्बन्ध है। अिसलिअे मनुष्य जितने ही अशोमे अपने अिस सम्बन्धको पहचानेगा, अुतने ही अशोमे वह पाप और रोगसे मुक्त हो जायगा। श्रद्धासे मनुष्य जो अच्छा हो जाता है, अुसका रहस्य यही है। क्योकि अीश्वर सत्य, स्वास्थ्य और प्रेम है।"

गाधीजीने आगे कहा—"और वह तो वैद्य भी है। मेरा अीसाअी-विज्ञानके साथ कोअी झगडा नही है। मैने तो बरसो पहले जोहानिसबर्गमे कहा था कि मै अुस सिद्धान्तको पूरी तरह मान सकता हू। पर बहुतसे अीसाअी-वैज्ञानिकोमे

अुस सचाओीका अेक नमूना मात्र है, जिसके लिअे वह लिया जाता है। जिस वक्त कोअी आदमी बुद्धिपूर्वक अपने अन्दर अीश्वरका दर्शन करता है, अुसी वक्त वह अपनी शारीरिक, मानसिक और नैतिक सब व्याधियोसे छूट जाता है। यह कहकर कि हमे प्रत्यक्ष जीवनमे कोअी अैसा आदमी नही मिलता, हम अिस बयानकी सचाओीको झूठ नही ठहरा सकते। हा, जिन लोगोको अीश्वर पर विश्वास नही हे, अुनके लिअे बेशक मेरी दलील बेकार है।

क्रिश्चियन साअिन्टिस्ट, फेथ-हीलर और साअिको-थेरेपिस्ट अगर चाहे, तो रामनाममे छिपी सचाओीकी थोडी गवाही दे सकते है। मै दलील देकर पाठकोको ज्यादा नही बता सकता। जिसने कभी चीनी खाओी नही, अुसे कैसे समझाये कि चीनी मीठी होती है? अुसे तो चीनी चखनेके लिअे ही कह सकते है।

मेरी कोअी श्रद्धा नही है। बौद्धिक विश्वास होना अेक बात है, पर किसी चीजको हृदयसे श्रद्धापूर्वक ग्रहण कर लेना दूसरी बात है। मै अिस विधानको मजूर करता हू कि रोगमात्र पापका परिणाम है। आदमीको अगर खासी भी आती है, तो वह पापका ही फल है। मेरी अपनी अिस खूनके दबाववाली बीमारीका कारण भी अत्यधिक काम और चिन्ताका बोझ ही तो है। पर सवाल यह है कि मैने क्यो अितना काम और चिन्ता की? अत्यधिक काम और जल्दबाजी भी तो पाप ही है। मै यह भी खूब जानता हू कि डॉक्टरोसे बचना भी मेरे लिअे पूरी तरह सम्भव था। पर अीसाअी-विज्ञानने शारीरिक स्वास्थ्य और रोगवाले प्रश्नको जो अितना अधिक महत्त्व दे रखा है, वह मेरी समझमे नही आता।"

लॉर्ड लोथियनने कहा—"आदमी अगर अितना मान ले कि रोगमात्र पापका ही फल है तो काफी है। गीतामे भी तो कहा है न कि पचेन्द्रियोके विषयोका मनुष्यको त्याग कर देना चाहिये, क्योकि वे माया है। अीश्वर जीवन, प्रेम और स्वास्थ्य है।"

गाधीजी—"मैने अिसे कुछ दूसरे शब्दोमे रखा है। अीश्वर सत्य है। क्योकि हमारे धर्मग्रथोमे लिखा है कि सिवा सत्यके कुछ है ही नही। अिसीका अर्थ हुआ अीश्वर जीवन है। और अिसलिअे मै कहता हू कि सत्य और प्रेम अेक ही सिक्केकी दो बाजुअे है। और प्रेम वह जरिया है, जिसके द्वारा हम सत्यको प्राप्त कर सकते है, जो कि हमारा ध्येय है।"—
हरिजनसेवक, २९–१–१९३८

अिस पुण्य-नामका हृदयसे जप करनेके लिअे जो जरूरी शर्ते है, अुन्हे मै यहा नही दोहराअूगा।

चरकका प्रमाण अुन्ही लोगोके लिअे फायदेमन्द है, जो रामनाममे श्रद्धा और विश्वास रखते है। दूसरे लोगोको हक है कि वे अुस पर विचार न करे।

बच्चे गैर-जिम्मेदार होते है। बेशक रामनाम अुनके लिअे नही है। वे तो मा-बापकी दया पर जीनेवाले बेबस जीव है। अिससे हमे पता चलता है कि मा-बापकी बच्चोके और समाजके प्रति कितनी भारी जिम्मेदारी है। मै अुन मा-बापोको जानता हू, जिन्होने अपने बच्चोके रोगोके बारेमे लापरवाही की है, और यहा तक समझ लिया है कि हमारे रामनाम लेनेसे ही वे अच्छे हो जायगे।

आखिरमे, सब दवाअिया पच महाभूतोसे बनी है, यह दलील देना विचारोकी अराजकता जाहिर करता है। मैने सिर्फ अिसलिअे अुसकी तरफ अिशारा किया है कि वह दूर हो जाय।

हरिजनसेवक, २८-४-१९४६

२६

आयुर्वेद और कुदरती अुपचार

अीश्वरकी स्तुति और सदाचारका प्रचार हर तरहकी बीमारीको रोकनेका अच्छे-से-अच्छा और सस्ते-से-सस्ता अिलाज है। मुझे अिसमें जरा भी शक नही। अफसोस अिस बातका है कि वैद्य, हकीम और डॉक्टर अिस सस्ते अिलाजका अुपयोग ही नही करते। बल्कि हुआ यह है कि अुनकी किताबोमे अिस अिलाजकी कोअी जगह ही नही रही, और कही है तो अुसने जन्तर-मन्तरकी शकल अख्तियार करके लोगोको वहमके कुअेमे ढकेला है। अीश्वरकी स्तुति या रामनामको वहमसे कोअी निस्बत नही। यह कुदरतका सुनहला कानून है। जो अिस पर अमल करता है, वह बीमारीसे बचा रहता है। जो अमल नही करता, वह बीमारियोसे घिरा रहता है। तन्दुरुस्त रहनेका जो कानून है, वही बीमार होनेके बाद बीमारीसे छुटकारा पानेका भी कानून है। सवाल यह होता है कि जो रामनाम जपता है और नेकचलनीसे रहता है,

अुसको ब्रीमारी हो ही क्यो? सवाल ठीक ही है। आदमी स्वभावसे ही अपूर्ण है। समझदार आदमी पूर्ण बननेकी कोशिश करता है। लेकिन पूर्ण वह कभी बन नही पाता, अिसलिअे अनजाने गलतिया करता है। सदाचारमे ओीश्वरके बनाये सभी कानून समा जाते है, लेकिन अुसके सब कानूनोको जाननेवाला सपूर्ण पुरुष हमारे पास नही है। मसलन्, अेक कानून यह है कि हदसे ज्यादा काम न किया जाय। लेकिन कौन बतावे कि यह हद कहा खतम होती है? यह चीज तो बीमार पडने पर ही मालूम होती है। मिताहार और युक्ताहार यानी कम और जरूरतके मुताबिक खाना कुदरतका दूसरा कानून है। कौन बतावे कि अिसकी हद कब लाघी जाती है? मै कैसे जानू कि मेरे लिअे युक्ताहार क्या है? अैसी तो कअी बाते सोची जा सकती है। अिस सबका निचोड यही है कि हर आदमीको अपना डॉक्टर खुद बनकर अपने अूपर लागू होनेवाले कानूनका पता लगा लेना चाहिये। जो अिसका पता लगा सकता है और अुस पर अमल कर सकता है, वह १२५ बरस जीयेगा ही।

श्री वल्लभराम वैद्य पूछते है कि मामूली मसाले और पाक वगैरा चीजे कुदरती अिलाजमे शुमार की जा सकती है या नही? यह अेक बडे कामका सवाल है। डॉक्टर दोस्तोका यह दावा है कि वे पूरी तरह कुदरती अिलाज करनेवाले है। क्योकि दवाये जितनी भी है, सब कुदरतने ही बनाओी है। डॉक्टर तो अुनकी नअी मिलावटे भर करते है। अिसमे बुरा क्या है? अिस तरह हर चीज पेश की जा सकती है। मै तो यही कहूगा कि रामनामके सिवा जो कुछ भी किया जाता है, वह कुदरती अिलाजके खिलाफ है। अिस मध्यबिन्दुसे हम जितने दूर हटते है, अुतने ही असल चीजसे दूर जा पडते है। अिस तरह सोचते हुअे मै यह कहूगा कि पाच महाभूतोका असल अुपयोग कुदरती अिलाजकी हद है। अिससे आगे बढनेवाला वैद्य अपने अिर्द-गिर्द जो दवाये अुगती हो या अुगाओी जा सके, अुनका अिस्तेमाल सिर्फ लोगोके भलेके लिअे करे, पैसे कमानेके लिअे नही, तो वह भी कुदरती अिलाज करनेवाला कहला सकता है। अैसे वैद्य आज कहा है? आज तो वे पैसा कमानेकी होडाहोडीमे पडे है। छानबीन और खोज-अीजाद कोओी करता नही। अुनके आलस और लोभकी वजहसे आयुर्वेद आज कगाल बन गया है।

हरिजनसेवक, १९-५-१९४६

२७
अुरुळीकांचनमें

पहले ही दिन गावके बाहर सामूहिक प्रार्थना की गअी और दूसरी जगहोंकी तरह यहा भी सबके अेक साथ रामधुन गानेका रिवाज शुरू किया गया। प्रार्थनामें जो भजन गाया गया था, अुसका आधार लेकर गाधीजीने वहा आये हुअे गावके लोगोके सामने शरीरकी बीमारियोको मिटानेवाली बढियासे बढिया कुदरती दवाके रूपमे रामनाम पेश किया "अभी हमने जो भजन गाया, अुसमे भक्त कहता है 'हरि! तुम हरो जनकी पीर।' यानी हे भगवान तू अपने भक्तोका दु ख दूर कर। अिसमे जिस दु खकी बात कही गअी है, वह सब तरहके दु खोसे सम्बन्ध रखती है। मन या तनकी किसी खास बीमारीकी चर्चा अिसमे नही है।" फिर गाधीजीने लोगोको कुदरती अिलाजकी सफलताके नियम बताये "रामनामके प्रभावका आधार अिस बात पर है कि आपकी अुसमे सजीव श्रद्धा है या नही। अगर आप गुस्सा करते है, सिर्फ शरीरकी हिफाजतके लिअे नही, बल्कि मौज-शौकके लिअे खाते और सोते है, तो समझिये कि आप रामनामका सच्चा अर्थ नही जानते। अिस तरह जो रामनाम जपा जायगा, अुसमे सिर्फ होठ हिलेगे, दिल पर अुसका कोअी असर न होगा। रामनामका फल पानेके लिअे आपको जपते समय अुसमे लीन हो जाना चाहिये, और अुसका प्रभाव आपके जीवनके तमाम कामोमे दिखाअी पडना चाहिये।"

पहले बीमार

दूसरे दिन सुबहसे बीमार आने लगे। कोअी ३० होगे। गाधीजीने अुनमे से पाच या छहको देखा और अुन सबकी बीमारीके प्रकारको देखकर थोडे हेरफेरके साथ सबको अेकसे ही अिलाज सुझाये। मसलन्, रामनामका जप, सूर्यस्नान, बदनको जोरसे रगडना या घिसना, कटिस्नान, दूध, छाछ, फल, फलोका रस और पीनेके लिअे साफ और ताजा पानी। शामकी प्रार्थना-सभामे अुन्होने अपने विषयको समझाते हुअे कहा "सचमुच यह पाया गया है कि मन और शरीरकी तमाम आधि-व्याधियोका अेक ही समान कारण है। अिसलिअे

अुन सबका अेक ही आम अिलाज भी हो, तो अुसमे अचरजकी कोअी बात नही। रोगोकी तरह अिलाज भी अेक ही ढगके हो सकते है। अिसलिअे आज सुबह मेरे पास जितने बीमार आये थे, अुन सबको मैंने रामनामके साथ करीब-करीब अेकसा ही अिलाज सुझाया था। लेकिन अपने रोजमर्राके जीवनमे जब शास्त्र हमे अनुकूल नही होते, तो हम अुनके वचनोका मन-चाहा अर्थ निकालकर अपना काम चला लेते है। मनुष्यने अिस कलाका अच्छा विकास कर लिया है। हमने अपने मन पर अेक अैसे भ्रम या वहमको सवार होने दिया है कि शास्त्रोका अुपयोग सिर्फ अिसलिअे है कि अगले जन्ममे जीवका आध्यात्मिक कल्याण हो और धर्मका पालन अिसलिअे करना है कि मरनेके बाद पुण्यकी यह कमाअी काम आ सके। मेरा मत अैसा नही है। अगर अिस जीवनके व्यवहारमे धर्मका कोअी अुपयोग न हो, तो अगले जन्ममे मुझे अुससे क्या निस्बत हो सकती है?

"अिस दुनियामे बिरला ही कोअी अैसा होगा, जो शरीर और मनकी सभी बीमारियोसे बिलकुल बरी हो। तन और मनकी कुछ बीमारिया तो अैसी है, जिनका अिस दुनियामे कोअी अिलाज ही नही। जैसे, अगर शरीरका कोअी अग खडित हो गया हो, तो अुसको फिरसे पैदा कर देनेका चमत्कार रामनाममे कहासे आये? लेकिन अुसमे अिससे भी बडा चमत्कार कर दिखानेकी ताकत है। वह अग-भग या बीमारियोके बावजूद सारी जिन्दगी अटूट शान्तिके* साथ बितानेकी शक्ति देता है और अुमर पूरी होने पर जिस जगह सबको जाना पडता है, वहा जानेकी बारी आने पर मौतके दुखको और चिताकी विजयके डरको मिटा देता है, यह क्या कोअी छोटा-मोटा चमत्कार है? जब आगे-पीछे मौत आने ही वाली है, तो वह कब आयेगी, अिस फिकरमे हम पहलेसे ही क्यो मरे?"

कुदरती अिलाजके मूल तत्त्व

"मनुष्यका भौतिक शरीर पृथ्वी, पानी, आकाश, तेज और वायु नामके पांच तत्त्वोसे बना है, जो पच महाभूत कहलाते है। अिनमे से तेज तत्त्व शरीरको शक्ति पहुचाता है। आत्मा अुसको चैतन्य प्रदान करती है।

---

* रामनाम जैसी शान्ति प्रदान करनेवाली दूसरी कोअी शक्ति नही है। — प्रेस रिपोर्ट, १०-१-१९४६

"अिन सबमें सबसे जरूरी चीज हवा है। आदमी बिना खाये कअी हफ्तो तक जी सकता है, पानीके बिना भी वह कुछ घण्टे बिता सकता है, लेकिन हवाके बिना तो कुछ ही मिनटोमे अुसकी देहका अन्त हो सकता है। अिसीलिअे अीश्वरने हवाको सबके लिअे सुलभ बनाया है। अन्न और पानीकी तगी कभी-कभी पैदा हो सकती है, हवाकी कभी नही। अैसा होते हुअे भी हम बेवकूफोकी तरह अपने घरोके अन्दर खिडकी और दरवाजे बन्द करके सोते है और अीश्वरकी प्रत्यक्ष प्रसादी-सी ताजी और साफ हवासे फायदा नही अुठाते। अगर चोरोका डर लगता है, तो रातमे अपने घरोके दरवाजे और खिडकिया बन्द रखिये, लेकिन खुद अपनेको अुनमे बन्द रखनेकी क्या जरूरत है?

"साफ और ताजी हवा पानेके लिअे आदमीको खुलेमें सोना चाहिये। लेकिन खुलेमे सोकर धूल और गन्दगीसे भरी हवा लेनेका कोअी मतलब नही। अिसलिअे आप जिस जगह सोये, वहा धूल और गन्दगी नही होनी चाहिये। धूल और सरदीसे बचनेके लिअे कुछ लोग सिरसे पैर तक ओढ लेनेके आदी होते है। यह तो बीमारीसे भी बदतर अिलाज हुआ। दूसरी बुरी आदत मुहसे सास लेनेकी है। नथनोकी राह फेफडोमे पहुचनेवाली हवा छनकर साफ हो जाती है, और अुसे जितना गरम होना चाहिये अुतनी गरम भी वह हो लेती है।

"जो आदमी जहा चाहे वहा और जिस तरह चाहे अुस तरह थूक कर, कूडा-करकट डालकर या गन्दगी फैलाकर या दूसरे तरीकोसे हवाको गन्दी करता है, वह कुदरतका और मनुष्योका गुनहगार है। मनुष्यका शरीर अीश्वरका मदिर है। अुस मन्दिरमे जानेवाली हवाको जो गन्दी करता है, वह मन्दिरको भी बिगाडता है। अुसका रामनाम लेना फजूल है।"

हरिजनसेवक, ७-४-१९४६

अुरुळीकांचनमें कुदरती अुपचार

कुदरती अुपचारके दो पहलू है अेक अीश्वरकी शक्ति यानी रामनामसे दर्द मिटाना और दूसरा, अैसे अुपाय करना कि दर्द पैदा ही न हो सके। मेरे साथी लिखते है कि काचन गावके लोग गावको साफ रखनेमे मदद देते है। जिस जगह शरीर-सफाअी, घर-सफाअी और ग्राम-सफाअी हो, युक्ताहार हो और योग्य व्यायाम हो, वहा कम-से-कम बीमारी होती है। और अगर चित्तशुद्धि भी हो, तो कहा जा सकता है कि बीमारी असम्भव हो जाती है। रामनामके बिना चित्तशुद्धि नही हो सकती। अगर देहातवाले अितनी बात समझ जाय, तो वैद्य, हकीम या डॉक्टरकी जरूरत न रह जाय।

काचन गावमे गाये नामको ही है। अिसे मै कमनसीबी मानता हू। कुछ भैसे है, लेकिन मेरे पास जितने प्रमाण है, वे बताते है कि गाय सबसे ज्यादा अुपयोगी प्राणी है। गायका दूध भी खानेमे आरोग्यप्रद है और गायका जो अुपयोग किया जा सकता है, वह भैसका कभी नही किया जा सकता। मरीजोके लिअे तो वैद्य लोग गायके दूधका ही अुपयोग बतलाते है। अिसलिअे मै अुम्मीद रखूगा कि काचनवासी अुरुळीमे गायोका अेक जूथ रखेगे, जिससे सब लोगोको गायका ताजा और साफ दूध मिल सके। सेहत अच्छी रखनेके लिअे दूधकी बहुत ज्यादा जरूरत रहती है।

कुदरती अुपचारके गर्भमे यह बात रही है कि मानव-जीवनकी आदर्श रचनामे देहातकी या शहरकी आदर्श रचना आ ही जाती है और अुसका मध्यबिन्दु तो अीश्वर ही हो सकता है।

हरिजनसेवक, २६–५–१९४६

२९

गरीबोंके लिअे कुदरती अिलाज

कुदरती अुपचारमे जीवन-परिवर्तनकी बात आती है। यह कोअी वैद्यकी दी हुअी पुडिया लेनेकी बात नही है, और न अस्पताल जाकर मुफ्त या फीस देकर दवा लेने या अुसमे रहनेकी ही बात है। जो मुफ्त दवा लेता है, वह भिक्षुक बनता है। जो कुदरती अुपचार करता है, वह कभी भी भिक्षुक नही बनता। वह अपनी प्रतिष्ठा बढाता है और अच्छा बननेका अुपाय खुद ही कर लेता है। वह अपने शरीरमे से जहर निकालकर अैसी कोशिश करता है कि जिससे दुबारा बीमार न पड सके।

कुदरती अिलाजमे मध्यबिन्दु तो रामनाम ही है न? रामनामसे आदमी सब रोगोसे सुरक्षित बनता है। शर्त यह है कि नाम भीतरसे निकलना चाहिये। और, रामनामके भीतरसे निकलनेके लिअे नियम-पालन जरूरी हो जाता है। अुस हालतमे मनुष्य रोग-रहित होता है। अिसमे न कष्टकी बात है, न खर्चकी। मोसम्बी खाना अुपचारका अनिवार्य अग नही है।

पथ्य खाना — युक्ताहार लेना — अवश्य अनिवार्य अग है। हमारे देहात हमारी तरह ही कगाल है। देहातमे साग-सब्जी, फल, दूध वगैरा पैदा करना कुदरती अिलाजका खास अग है। अिसमे जो वक्त खर्च होता है, वह व्यर्थ तो जाता ही नही, बल्कि अुससे सभी देहातियोको और आखिरकार सारे हिन्दुस्तानको लाभ होता है।

हरिजनसेवक, २–६–१९४६

३०

कुदरती अिलाज और आधुनिक अिलाज

मेरा कुदरती अिलाज तो सिर्फ गाववालोके और गावोके लिअे ही है। अिसलिअे अुसमे खुर्दबीन, अेक्सरे वगैराकी कोअी जगह नही। और न कुदरती अिलाजमे कुनैन, अेमिटिन, पेनिसिलिन-जैसी दवाअियोकी ही गुजाअिश है। अुसमे अपनी सफाअी, घरकी सफाअी, गावकी सफाअी और तन्दुरुस्तीकी हिफाजतका पहला स्थान है। और अितना करना काफी है। अिसकी तहमे खयाल यह है कि अगर हर आदमी अिस कलामे निष्णात हो सके, तो कोअी बीमारी ही न हो। और, बीमारी आ जाय तो अुसे मिटानेके लिअे कुदरतके सभी कानूनो पर अमल करनेके साथ साथ रामनाम ही असल अिलाज है। यह अिलाज सार्वजनिक या आम नही हो सकता। जब तक खुद अिलाज करनेवालेमें रामनामकी सिद्धि न आ जाय, तब तक रामनाम-रूपी अिलाजको अेकदम आम नही बनाया जा सकता। लेकिन पचमहाभूतोमे से यानी पृथ्वी, पानी, आकाश, तेज और हवामे से जितनी शक्ति ली जा सके, अुतनी लेकर रोग मिटानेकी यह अेक कोशिश है, और मेरे खयालमे कुदरती अिलाज यही खतम हो जाता है। अिसलिअे आजकल अुरुळीकाचनमे जो प्रयोग चल रहा है, वह गाववालोको तन्दुरुस्तीकी हिफाजत करनेकी कला सिखाने और बीमारोकी बीमारीको पचमहाभूतोकी मददसे मिटानेका प्रयोग है। जरूरत मालूम होने पर अुरुळीमे मिलनेवाली जडी-बूटियोका अिस्तेमाल किया जा सकता है, और पथ्य-परहेज तो कुदरती अिलाजका जरूरी हिस्सा है ही।

हरिजनसेवक, ११-८-१९४६

३१

पश्चिमकी ओर नजर न रखे

हमें अपना यह वहम दूर करना होगा कि जो कुछ करना है, अुसके लिअे पश्चिमकी तरफ नजर दौडाने पर ही आगे बढा जा सकता है। अगर कुदरती अिलाज सीखनेके लिअे पश्चिम जाना पडे, तो मै नही मानता कि वह अिलाज हिन्दुस्तानके कामका होगा। यह अिलाज तो सबके घरमे मौजूद है। हमेशा कुदरती अिलाज करनेवालेकी राय लेनेकी जरूरत भी न रहनी चाहिये। वह अितनी आसान चीज है कि हरअेक आदमीको अुसे सीख लेना चाहिये। अगर रामनाम लेना सीखनेके लिअे विलायत जाना जरूरी हो, तब तो हम कहीके भी न रहे। रामनामको मैने अपनी कल्पनाके कुदरती अिलाजकी बुनियाद माना है। अिसी तरह यह सहज ही समझमे आने लायक है कि पृथ्वी, पानी, आकाश, तेज और वायुके अिलाजके लिअे समुद्र पार जानेकी जरूरत हो ही नही सकती। दूसरा जो कुछ सीखना है वह यही है— गावोमें मौजूद है। देहाती दवाये, जडी-बूटिया, दूसरे देशोमे नही मिलेगी। वे तो आयुर्वेदमे ही है। अगर आयुर्वेदवाले धूर्त हो, तो पश्चिम जाकर आनेसे वे कुछ भले नही बन जायगे। शरीर-शास्त्र पश्चिमसे आया है। सब कोअी कबूल करेंगे कि अुसमे से बहुत कुछ सीखने लायक है। लेकिन अुसे सीखनेके बहुतसे जरिये अिस मुल्कमे मिल सकते है। मतलब यह कि पश्चिममे जो कुछ अच्छा है, वह अैसा है और होना चाहिये कि सब जगह मिल सके। साथ ही, यहा यह भी कह देना जरूरी है कि कुदरती अिलाज सीखनेके लिअे यह बिलकुल जरूरी नही कि शरीर-शास्त्र सीखा ही जाय।

कुने, जुस्ट, फादर क्नेअिप वगैरा लोगोने जो लिखा है, सो सबके लिअे है और सब जगहोके लिअे है। वह सीधा है। अुसे जानना हमारा धर्म है। कुदरती अिलाज जाननेवालोके पास अुसकी थोडी-बहुत जानकारी होती है, और होनी चाहिये। कुदरती अिलाज अभी गावोमे तो दाखिल हुआ ही नही है। अुस शास्त्रमे हम गहरे पैठे ही नही है। करोडोको ध्यानमे रखकर अुस पर सोचा नही गया है। अभी वह शुरू ही हुआ है। आखिर वह कहा जाकर रुकेगा, सो कोअी कह नही सकता। सभी शुभ साहसोकी तरह अुसके पीछे भी तपकी ताकत जरूरी है। नजर पश्चिमकी ओर न जाय, बल्कि अपने अन्दर जाय।

हरिजनसेवक, २–६–१९४६

३२
कुदरतके नियम

स० — आपके सुझावके मुताबिक रामनामका — सच्चिदानन्दके नामका — मेरा जप चालू है। और अुससे मेरी क्षयकी बीमारीमें सुधार भी होने लगा है। यह सही है कि साथमें डॉक्टरी अिलाज भी चल रहा है। लेकिन आप कहते है कि युक्ताहार और मिताहारसे मनुष्य बीमारियोसे दूर रहकर अपनी अुमर बढा सकता है। मै तो पिछले २५ बरससे मिताहारी रहता आया हू, फिर भी आज अैसी बीमारीका भोग बना हुआ हू। अिसे क्या पहले जन्म या अिस जन्मकी कमनसीबी कहा जाय?

आप यह भी कहते है कि मनुष्य १२५ बरस जी सकता है। स्वर्गीय महादेवभाअीकी आपको बडी जरूरत थी, यह जानते हुअे भी भगवानने अुन्हे अुठा लिया। युक्ताहारी और मिताहारी महादेवभाअी आपको अीश्वर-स्वरूप मानकर जीते थे, फिर भी वे खूनके दबावकी बीमारी (ब्लड-प्रेशर) के शिकार बनकर सदाके लिअे चल बसे। भगवानका अवतार माने जानेवाले रामकृष्ण परमहस क्षय जैसी कैन्सरकी खतरनाक बीमारीके शिकार होकर कैसे मर गये? वे भी कैन्सरका सामना क्यो न कर सके?

ज० — मै तो स्वास्थ्यकी हिफाजतके जो नियम खुद जानता हू वही बताता हू। लेकिन मिताहार या युक्ताहार किसे माना जाय, यह हरअेक आदमीको जानना चाहिये। अिस बारेमे जिसने बहुतसा साहित्य पढा हो और बहुत विचार किया हो, वह खुद भी अिसे जान सकता है। लेकिन अिसके यह मानी नही कि अैसा ज्ञान या जानकारी शुद्ध और पूरी है। अिसीलिअे कुछ लोग जिन्दगीको प्रयोगशाला कहते हैं। कअी लोगोके तजरबोको अिकट्ठा करना चाहिये और अुनमे से जानने लायक बातको लेकर आगे बढना चाहिये। लेकिन अैसा करते हुअे अगर कामयाबी न मिले, तो भी किसीको दोष नही दिया जा सकता। खुदको भी दोषी नही कहा जा सकता। नियम गलत है, यह कहनेकी भी अेकदम हिम्मत न करनी चाहिये। लेकिन अगर हमारी बुद्धिको कोअी नियम गलत मालूम हो, तो सही नियम कौनसा है यह बतानेकी ताकत अपनेमे पैदा करके अुसका प्रचार करना चाहिये।

आपकी क्षयकी बीमारीके कअी कारण हो सकते हैं। यह भी कौन कह सकता है कि पच महाभूतोका आपने जरूरतके मुताबिक अुपयोग किया या नही? अिसलिअे जहा तक मै कुदरतके नियमोको जानता हू और अुन्हे सही मानता हू, वहा तक मै तो आपसे यही कहूगा कि कही-न-कही पच महाभूतोका अुपयोग करनेमे आपने भूल की है। महादेव और राम-कृष्ण परमहसके बारेमे आपने जो शका अुठाअी, अुसका जवाब भी मेरी अूपरकी बातमे आ जाता है। कुदरतके नियमको गलत कहनेके बजाय यह कहना ज्यादा युक्तिसगत मालूम होता है कि अिन्होने भी कही-न-कही भूल की होगी। नियम कोअी मेरा बनाया हुआ नही है, वह तो कुदरतका नियम है, कअी अनुभवी लोगोने अिसे कहा है। और अिसी बातको मानकर मै चलनेकी कोशिश करता हू। आखिरकार मनुष्य अपूर्ण प्राणी है। और कोअी अपूर्ण मनुष्य अिसे कैसे जान सकता है? डॉक्टर अिसे नही मानते। मानते भी है तो अुसका दूसरा अर्थ करते है। अिसका मुझ पर कोअी असर नही होता। नियमकी अैसी ताअीद करने पर भी मेरे कहनेका यह मतलब नही होता, न निकाला जाना चाहिये कि अिससे अूपरके किसी व्यक्तिका महत्त्व कम होता है।

हरिजनसेवक, ४-८-१९४६

३३

विश्वास-चिकित्सा* और रामनाम

अेक दोस्त अुलाहना देते हुअे लिखते है

"क्या आपका कुदरती अिलाज और विश्वास-चिकित्सा कुछ मिलती-जुलती चीजे है? बेशक मरीजको अिलाजमे श्रद्धा तो होनी चाहिये, लेकिन कअी अैसे अिलाज है जो सिर्फ विश्वाससे ही रोगीको अच्छा कर देते है, जैसे, माता (चेचक), पेटका दर्द वगैरा बीमारियोके। शायद आप जानते हो कि माताका, खासकर दक्षिणमे,[1] कोअी अिलाज नही किया जाता। अिसे सिर्फ अीश्वरकी माया मान लिया जाता है।

---

* जिस अिलाजकी नीव विश्वास पर हो।

१ मद्रास राज्य।

हम मरिअम्मा देवीकी पूजा करते है और बहुतसे रोगी अच्छे हो जाते है। यह चीज अेक करामात-सी लगती है। जहा तक पेट-दर्दकी बात है, बहुतसे लोग तिरुपतिमे देवीकी मन्नते मानते है। अच्छे होने पर अुसकी मूर्तिके हाथ-पाव धोते है, और दूसरी मानी हुअी मन्नते पूरी करते है। मेरी ही माकी मिसाल लीजिये। अुनको पेटमे दर्द रहता था। पर तिरुपति हो आनेके बाद अुनकी वह तकलीफ दूर हो गअी।

"कृपा करके अिस बात पर रोशनी डालिये और यह भी कहिये कि कुदरती अिलाज पर भी लोग अैसा ही विश्वास क्यो न रखे? अिससे डॉक्टरोका बार-बारका खर्च बच जायगा, क्योकि चॉसरके कहनेके मुताबिक डॉक्टरका तो काम ही है कि वह दवाअी बेचनेवालेसे मिलकर बीमारको हमेशा बीमार बनाये रखे।"

जो मिसाले अूपर दी गअी है, वे न तो कुदरती अिलाजकी ही है, और न रामनामकी ही, जिसको मैने अिसमे शामिल किया है। अुनसे यह पता जरूर चलता है कि कुदरत बहुतसे रोगियोको बिना किसी अिलाजके भी अच्छा कर देती है। ये मिसाले यह भी दिखाती है कि हिन्दुस्तानमे वहम हमारी जिन्दगीका कितना बडा हिस्सा बन गया है। कुदरती अिलाजका मध्यबिन्दु यानी रामनाम तो वहमका दुश्मन है। जो बुराअी करनेसे झिझकते नही, वे रामनामका नाजायज फायदा अुठायेगे। पर वे तो हर चीज या हर अुसूलके साथ अैसा ही करेगे। खाली जबानसे रामनाम रटनेसे अिलाजका कोअी सम्बन्ध नही। अगर मै ठीक समझा हू, तो जैसा कि लेखकने बताया है, विश्वास-चिकित्सामे यह माना जाता है कि रोगी अन्ध-विश्वाससे अच्छा हो जाता है। यह मानना तो अीश्वरके नामकी हसी अुडाना है। रामनाम सिर्फ कल्पनाकी चीज नही, अुसे तो दिलसे निकलना है। परमात्मामें ज्ञानके साथ विश्वास हो और अुसके साथ-साथ कुदरतके नियमोका पालन किया जाय, तभी किसी दूसरी मददके बिना रोगी बिलकुल अच्छा हो सकता है। अुसूल यह है कि शरीरकी सेहत तभी बिलकुल अच्छी हो सकती है, जब मनकी सेहत पूरी-पूरी ठीक हो। और मन पूरा-पूरा ठीक तभी होता है, जब दिल पूरा-पूरा ठीक हो। यह वह दिल नही, जिसे डॉक्टर छाती जाचनेके यत्र (स्टेथोस्कोप) से देखते है, बल्कि वह दिल है जो अीश्वरका घर है। कहा जाता है कि अगर कोअी अपने अन्दर परमात्माको पहचान ले, तो अेक भी गन्दा या फजूल खयाल मनमे नही आ सकता।

जहा विचार शुद्ध हो, वहा बीमारी आ ही नही सकती। अैसी हालतको पहुचना शायद कठिन हो, पर अिस बातको समझ लेना सेहतकी पहली सीढी है। दूसरी सीढी है, समझनेके साथ-साथ कोशिश भी करना। जब किसीके जीवनमें यह बुनियादी परिवर्तन आता है, तो अुसके लिअे स्वाभाविक हो जाता है कि वह अुसके साथ-साथ कुदरतके अुन तमाम कानूनोका पालन भी करे, जो आज तक मनुष्यने ढूढ निकाले हैं। जब तक अुनकी अुपेक्षा की जाय, तब तक कोअी यह नही कह सकता कि अुसका हृदय पवित्र है। यह कहना गलत न होगा कि अगर किसीका हृदय पवित्र है, तो अुसकी सेहत रामनाम न लेते हुअे भी अुतनी ही अच्छी रह सकती है। बात सिर्फ यह है कि सिवा रामनामके पवित्रता पानेका और कोअी तरीका मुझे मालूम नही। दुनियामें हर जगह पुराने अृषि भी अिसी रास्ते पर चले हैं। और वे तो भगवानके बन्दे थे, कोअी वहमी या ढोंगी आदमी नही।

अगर अिसीका नाम 'क्रिश्चियन सायन्स' है, तो मुझे कुछ कहना नही है। मैं यह थोडे ही कहता हू कि रामनाम मेरी ही शोध है। जहा तक मैं जानता हू, रामनाम तो अीसाअी धर्मसे भी पुराना है।

अेक भाअी पूछते हैं कि क्या रामनाममे ऑपरेशनकी अिजाजत नही? क्यो नही? अेक टाग अगर दुर्घटनामे कट गअी है, तो रामनाम अुसे थोडे ही वापस ला सकता है। लेकिन बहुतसी हालतोमे ऑपरेशन जरूरी नही होता। मगर जहा जरूरी हो वहा करवा लेना चाहिये। सिर्फ अितनी बात है कि अगर भगवानके किसी बन्देका हाथ-पाव जाता रहे, तो वह अिसकी चिन्ता नही करेगा। रामनाम कोअी अटकलपच्चू तजवीज नही है, और न कोअी कामचलाअू चीज ही।

हरिजनसेवक, ९–६–१९४६

३४

रामनामके बारेमें भ्रम

अेक मित्र लिखते है

> "आपने रामनामसे मलेरियाका अिलाज सुझाया। मेरी मुश्किल यह है कि जिस्मानी बीमारियोके लिअे रूहानी ताकत पर भरोसा करना मेरी समझसे बाहर है। मै पक्की तरहसे यह भी नही जानता कि आया मुझे अच्छा होनेका हक भी है या नही। और क्या अैसे वक्त जब मेरे देशवाले अितने दु खमे पडे है, मेरा अपनी मुक्तिके लिअे प्रार्थना करना ठीक होगा? जिस दिन मैं रामनाम समझ जाअूगा, अुस दिन मै अुनकी मुक्तिके लिअे प्रार्थना करूगा। नही तो मै अपने-आपको आजसे ज्यादा खुदगरज महसूस करूगा।"

मै मानता हू कि यह दोस्त सत्यके सच्चे तलाश करनेवाले है। अुनकी अिस मुश्किलकी खुल्लमखुल्ला चर्चा मैंने अिसलिअे की है कि अुन जैसे बहुतोकी मुश्किले अिसी तरहकी है।

दूसरी ताकतोकी तरह रूहानी ताकत भी मनुष्यकी सेवाके लिअे है। सदियोसे थोडी-बहुत सफलताके साथ शारीरिक रोगोको ठीक करनेके लिअे अुसका अुपयोग होता रहा है। अिस बातको छोड भी दे, तो भी अगर जिस्मानी बीमारियोके अिलाजके लिअे कामयाबीके साथ अुसका अिस्तेमाल हो सकता हो, तो अुसका अुपयोग न करना बहुत बडी गलती है। क्योकि आदमी जड तत्त्व भी हैं और आ मा भी है। और, अिन दोनोका अेक-दूसरे पर असर होता है। अगर आप मलेरियासे बचनेके लिअे कुनैन लेते है, और अिस बातका खयाल भी नही करते कि करोडोको कुनैन नही मिलती, तो आप अुस अिलाजके अिस्तेमालसे क्यो अिनकार करते है जो आपके अन्दर है? क्या सिर्फ अिसलिअे कि करोडो अपने अज्ञानके कारण अुसका अिस्तेमाल नही करते? अगर करोडो अनजाने या हो सकता है जान-बूझकर भी गन्दे रहे, तो क्या आप अपनी सफाअी और सेहतका ध्यान छोड देगे? सखावतकी गलत कल्पनाके कारण अगर आप साफ नही रहेगे, तो गन्दे और बीमार रहकर आप अुन्ही करोडोकी सेवाका फर्ज भी अपने अूपर नही ले सकेगे। और यह बात तो पक्की है कि आत्माका रोगी या गन्दा होना (अुसे अच्छी और साफ रखनेसे अिनकार करना) बीमार और गन्दा शरीर रखनेसे भी बुरा है।

मुक्तिका अर्थ यही है कि आदमी हर तरहसे अच्छा रहे। फिर आप अच्छे क्यो न रहे? अगर अच्छे रहेंगे, तो दूसरोको अच्छा रहनेका रास्ता दिखा सकेंगे, और अिससे भी बढकर अच्छे होनेके कारण आप दूसरोकी सेवा कर सकेंगे। लेकिन अगर आप अच्छे होनेके लिअे पेनिसिलिन लेते है, हालाकि आप जानते हैं कि दूसरोको वह नही मिल सकती, तो जरूर आप सरासर खुदगरज बनते हैं।

मुझे पत्र लिखनेवाले अिन दोस्तकी दलीलमे जो गडबडी है वह साफ है।

हा, यह जरूर है कि कुनैनकी गोली या गोलिया खा लेना रामनामके अुपयोगके ज्ञानको पानेसे ज्यादा आसान है। कुनैनकी गोलिया खरीदनेकी कीमतसे अिसमे कही ज्यादा मेहनत पडती है। लेकिन यह मेहनत अुन करोडोके लिअे अुठानी चाहिये, जिनके नाम पर और जिनके लिअे लेखक रामनामको अपने हृदयसे बाहर रखा चाहते है।

हरिजनसेवक, १–९–१९४६

३५

बेचैन बना देनेवाली बात

जब कुछ महीनोकी गैरहाजिरीके बाद गाधीजी सेवाग्राम-आश्रममे लौटे, तो देखा कि आश्रमके अेक सेवककी दिमागी हालत खराब हो गअी है। जब वे पहली बार आश्रममे आये थे, तब भी अुनकी हालत अैसी ही थी। यह पागलपनका दूसरा हमला था। अुनकी हालत अितनी खराब हो गअी कि अुन्हे सभालना मुश्किल हो गया, अिसलिअे अुनके बारेमे फौरन ही कुछ फैसला कर लेनेकी जरूरत पैदा हो गअी। अिसलिअे वर्धाके सरकारी अस्पतालके बडे डॉक्टरकी यानी सिविल सर्जनकी सलाह पूछी गअी। अुन्होने कहा कि वे वर्धाके सरकारी सिविल अस्पतालमे तो बीमारको रख नही सकेंगे, लेकिन अगर अुन्हे जेलके अस्पतालमे रखा जाय, तो वे अुनकी सार-सभाल कर सकेंगे और थोडा-बहुत अिलाज भी करेंगे। अिसलिअे बीमारकी और आश्रमकी भलाअीके खयालसे अुनको जेल भेजना पडा। गाधीजीके लिअे यह चीज बहुत ही दुखदायी हो गअी। अिसने अुन्हे

बेचैन बना दिया। लेकिन दूसरा कोअी रास्ता भी न था। अुन्होंने आश्रम-वालोंके सामने अपनी परेशानीका जिक्र किया। वे बोले—"ये भाअी अेक अच्छे सेवक है। पिछले साल तन्दुरुस्त होनेके बाद वे आश्रमके बगीचेका काम देखते थे और दवाखानेका हिसाब रखते थे। वे लगनके साथ अपना काम करते और अुसीमे मगन रहते थे। फिर अुन्हे मलेरिया हो गया और अुसके लिअे अुनको कुनैनका अिजेक्शन दिया गया, क्योंकि खाने या पीनेके बजाय सूअीके जरिये कुनैन लेनेसे वह सीधी खूनमे मिल जाती है और जल्दी असर करती है। अिन भाअीका यह खयाल हो गया है कि अिजेक्शन अुनके दिमागमे चढ गया है, और अुसीका दिमाग पर अितना बुरा असर हुआ है। आज सुबह जब मै अपने कमरेमे बैठा काम कर रहा था, तो मैंने देखा कि वे बाहर खडे चिल्ला रहे हैं और हवामे अिधर-अुधर हाथ अुछालते हुअे घूम रहे हैं। मै बाहर निकलकर अुनके साथ घूमने लगा। अिससे वे शान्त हुअे। लेकिन जैसे ही मै अुनसे अलग होकर अपनी जगह पर लौटा, वे फिर अपने दिमागका तौल खो बैठे और किसीके बसके न रहे। जब वे बिफरते है तो किसीकी बात नही सुनते। अिसीलिअे अुनको जेल भेज देना पडा।

"कुदरती तौर पर मुझे अिस खयालसे तकलीफ होती है कि हमे अपने ही अेक सेवकको जेलमे भेजना पडा है। अिस पर कोअी मुझसे पूछ सकता है—'आप दावा करते है कि रामनाम सब रोगोका रामबाण अिलाज है, तो फिर आपका वह रामनाम कहा गया?' सच है कि अिस मामलेमे मै नाकाम रहा हू, फिर भी मै कहता हू कि रामनाममे मेरी श्रद्धा ज्यो की त्यो बनी हुअी है। रामनाम कभी नाकाम नही हो सकता। नाकामीका मतलब तो यही है कि हममे कही कोअी खामी है। अिस नाकामीकी वजहको हमे अपने अन्दर ही ढूढना चाहिये।"

हरिजनसेवक, १–९–१९४६

३६

नाम-साधनाकी निशानियां

रामनाम जिसके हृदयसे निकलता है, अुसकी पहचान क्या है? अगर हम अितना न समझ ले, तो रामनामकी फजीहत हो सकती है। वैसे भी होती तो है ही। माला पहनकर और तिलक लगाकर रामनाम बडबडानेवाले तो बहुत मिलते है। कही मै अुनकी सख्याको बढा तो नही रहा हू? यह डर अैसा-वैसा नही है। आजकलके मिथ्याचारमे क्या करना चाहिये? क्या चुप रहना ही ठीक नही? हो सकता है यही ठीक हो। लेकिन बनावटी चुपसे कोअी फायदा नही। जीते-जागते मौनके लिअे तो बडी भारी साधनाकी जरूरत है। अुसके अभावमे हृदयगत रामनामकी पहचान क्या? अिस पर हम गौर करे।

अेक वाक्यमे कहा जाय तो रामके भक्त और गीताके स्थितप्रज्ञमे कोअी भेद नही। ज्यादा गहरे अुतरे तो हम देखेगे कि रामभक्त पच महाभूतोका सेवक होगा। वह कुदरतके कानून पर चलेगा, अिसलिअे अुसे किसी तरहकी बीमारी होगी ही नही। होगी भी तो वह अुसे पच महाभूतोकी मददसे अच्छी कर लेगा। किसी भी अुपायसे भौतिक दुख दूर कर लेना शरीरी — आत्मा — का काम नही, शरीरका काम भले हो। अिसलिअे जो शरीरको ही आत्मा मानते है, जिनकी दृष्टिमे शरीरसे अलग शरीरधारी आत्मा जैसा कोअी तत्त्व नही, वे तो शरीरको टिकाये रखनेके लिअे सारी दुनियामे भटकेगे। लका भी जायगे। अिससे अुलटे, जो यह मानता है कि आत्मा देहमे रहते हुअे भी देहसे अलग है, हमेशा कायम रहनेवाला तत्त्व है, अनित्य शरीरमें बसता है, शरीरकी संभाल तो रखता है, पर शरीरके जानेसे घबराता नही, दुखी नही होता और सहज ही अुसे छोड देता है, वह देहधारी डॉक्टर-वैद्योके पीछे नही भटकता। वह खुद ही अपना डॉक्टर बन जाता है। सब काम करते हुअे भी वह आत्माका ही खयाल रखता है। वह मूर्च्छामे से जागे हुअे मनुष्यकी तरह बरताव करता है।

अैसा मनुष्य हर सासके साथ रामनाम जपता रहता है। वह सोता है तो भी अुसका राम जागता है। खाते-पीते, कुछ भी काम करते हुअे राम तो अुसके साथ ही रहेगा। अिस साथीका खो जाना ही मनुष्यकी सच्ची मृत्यु है।

अिस रामको अपने पास रखनेके लिअे या अपने-आपको रामके पास रखनेके लिअे वह पच महाभूतोकी मदद लेकर सन्तोष मानेगा। यानी वह मिट्टी, हवा, पानी, सूरजकी रोशनी और आकाशका सहज, साफ और व्यवस्थित तरीकेसे अिस्तेमाल करके जो पा सकेगा अुसमे सन्तोष मानेगा। यह अुपयोग रामनामका पूरक नही, पर रामनामकी साधनाकी निशानी है। रामनामको अिन मददगारोकी जरूरत नही। लेकिन अिसके बदले जो अेकके बाद दूसरे वैद्य-हकीमोके पीछे दौडे और रामनामका दावा करे, अुसकी बात कुछ जचती नही।

अेक ज्ञानीने तो मेरी बात पढकर यह लिखा है कि रामनाम अैसा कीमिया है, जो शरीरको बदल डालता है। वीर्यको अिकट्ठा करना दबा कर रखे हुअे धनके समान है। अुसमे से अमोघ शक्ति पैदा करनेवाला तो रामनाम ही है। खाली सग्रह करनेसे तो घबराहट होती है। किसी भी समय अुसका पतन हो सकता है। लेकिन जब रामनामके स्पर्शसे वह वीर्य गतिमान होता है, अूर्ध्वगामी (अूपर जानेवाला) बनता है, तब अुसका पतन नामुमकिन हो जाता है।

शरीरके पोषणके लिअे शुद्ध खून जरूरी है। आत्माके पोषणके लिअे शुद्ध वीर्यशक्तिकी जरूरत है। अिसे दिव्य शक्ति कह सकते है। यह शक्ति सारी अिन्द्रियोकी शिथिलताको मिटा सकती है। अिसीलिअे कहा है कि रामनाम हृदयमे बैठ जाय, तो नयी जिन्दगी शुरू होती है। यह कानून जवान, बूढे, मर्द, औरत सबको लागू होता है।

पश्चिममे भी यह खयाल पाया जाता है। क्रिश्चियन-सायन्स नामका सम्प्रदाय बिलकुल यही नही, तो करीब-करीब अिसी तरहकी बात कहता है। लेकिन मै मानता हू कि हिन्दुस्तानको अैसे सहारेकी जरूरत नही, क्योकि हिन्दुस्तानमे तो यह दिव्य विद्या पुराने जमानेसे चली आ रही है।

हरिजनसेवक, २९–६–१९४७

३७

सर्वधर्म-समभाव

मेरे पास सवालो और गुस्से भरे पत्रोकी झडी लगी रहती है। पूछा जाता है आप अपनेको मुसलमान क्यो कहते है? आप अैसा क्यो मानते है कि राम और रहीममे कोअी फर्क नही है? आपने यहा तक कैसे कह डाला कि कलमा पढनेमे आपको कोअी अेतराज नही है? आप पजाब क्यो नही जाते? क्या आप बुरे हिन्दु नही है? क्या आप पाचवी कतारके नही है? क्या आपकी अहिसा हिन्दुओको डरपोक और बुजदिल नही बना रही है? अेक लिफाफा मेरे नाम आया, जिस पर मोहम्मद गाधी लिखा था!

गाधीजीने धीरज और शान्तिके साथ लोगोको समझाया "कुछ लोगोके पापोके लिअे अिस्लामको क्यो और कैसे दोष दिया जा सकता है? मै सनातनी हिन्दू होनेका दावा करता हू। और चूकि हिन्दू धर्मका निचोड और सचमुच दुनियाके सारे धर्मोका निचोड सर्वधर्म-समभाव है, मेरा यह दावा है कि अगर मै अच्छा हिन्दू हू, तो मै अच्छा मुसलमान और अच्छा अीसाअी भी हू। अपनेको या अपने धर्मको दूसरोसे अूचा माननेका दावा करना धर्म-भावनाके खिलाफ है। नम्रता अहिसाकी जरूरी शर्त है। क्या हिन्दू धर्मग्रन्थोमें यह नही कहा गया है कि अीश्वरके हजार नाम है? तो रहीम अुनमे से अेक क्यो नही हो सकता? कलमा सिर्फ भगवानकी तारीफ करता है और मोहम्मदको अुसका पैगम्बर मानता है। जैसे मै बुद्ध, जरथुस्त और अीसाको मानता हू, वैसे ही अीश्वरकी तारीफ करनेमे और मोहम्मदको पैगम्बर माननेमे मुझे कोअी हिचकिचाहट नही है।"

हरिजन, २७–४–१९४७

३८

सच्ची रोशनी

मुझे अफसोस है कि आज हिन्दुस्तानमे रामराज्य नही है। अिसलिअे हम दिवाली कैसे मना सकते है? वही आदमी अिस विजयकी खुशी मना सकता है, जिसके दिलमे राम है। क्योकि भगवान ही हमारी आत्माको रोशनी दे सकता है, और अैसी ही रोशनी सच्ची रोशनी है। आज जो भजन गाया गया, अुसमे कविकी भगवानको देखनेकी अिच्छा पर जोर दिया गया है। लोगोकी भीड दिखावटी रोशनी देखने जाती है, लेकिन आज हमे जिस रोशनीकी जरूरत है वह तो प्रेमकी रोशनी है। हमारे दिलोमे प्रेमकी रोशनी पैदा होनी चाहिये। तभी सब लोग बधाअिया पाने लायक बन सकते है। आज हजारो-लाखो लोग भयानक दु ख भोग रहे है। क्या आप लोगोमे से हरअेक अपने दिल पर हाथ रखकर यह कह सकता है कि हर दु खी आदमी या औरत — फिर वह हिन्दू, सिक्ख या मुसलमान कोअी भी हो — मेरा सगा भाअी या बहन है? यही आपकी कसौटी है। राम और रावण भलाअी और बुराअीकी ताकतोके बीच हमेशा चलनेवाली लडाअीके प्रतीक है। सच्ची रोशनी भीतरसे पैदा होती है।

हरिजनसेवक, २३-११-१९४७

३९

अवसानसे अेक दिन पहले

[२ फरवरी, १९४८ को श्री किशोरलालभाअीको गाधीजीके हाथका लिखा हुआ अेक पोस्ट कार्ड मिला, जिसकी नकल नीचे दी जाती है।

नोट — श्री शकरन हिन्दुस्तानी तालीमी सघ, सेवाग्राममे शिक्षक है।

यहा 'किया' क्रियाका सम्बन्ध गाधीजीकी 'करो या मरो' की प्रतिज्ञासे है, जो अुन्होने दिल्ली पहुचने पर ली थी।

'दोनोको आशीर्वाद' का मतलब है — श्री किशोरलालभाअीको और अुनकी पत्नी श्री गोमतीबहनको। — सम्पादक]

"नअी दिल्ली, २९-१-'४८

"चि० किशोरलाल,

"आज प्रार्थनाके बाद मै अपना सारा समय पत्र लिखनेमे बिता रहा हू। शकरनजीकी लडकीके मरनेके समाचार यहा भेजकर तुमने ठीक किया। मैने अुनको पत्र लिख दिया है। मेरे वहा (सेवाग्राम) आनेकी बातको अभी अनिश्चित समझना चाहिये। वहा ता० ३ से ता० १२ तक रहनेकी बात मै चला रहा हू। अगर यह कहा जाय कि दिल्लीमें मैने 'किया' है, तो प्रतिज्ञा-पालनके लिअे मेरा यहा रहना अब जरूरी नही है। अिसका आधार यहाके मेरे साथियो पर है। शायद कल निश्चय किया जा सकेगा। मेरे आनेका मकसद अेक तो अिस पर विचार करना है कि रचनात्मक काम करनेवाली सारी सस्थाये अेक हो सकती है या नही, और दूसरे, जमनालालकी पुण्यतिथि मनाना है। मुझमे ठीक शक्ति आ रही है। अिस बार किडनी और लिवर दोनो बिगडे है। मेरी दृष्टिसे यह रामनाममे मेरे विश्वासके कच्चेपनकी वजहसे है।

दोनोको आशीर्वाद"

हरिजनसेवक, ८-२-१९४८

४०

"राम ! राम !"

जब गाधीजी प्रार्थना-सभाके बीचसे रस्सियोसे घिरे रास्तेमे चलने लगे, तो अुन्होने प्रार्थनामे शामिल होनेवाले लोगोके नमस्कारोका जवाब देनेके लिअे लडकियोके कन्धोसे अपने हाथ अुठा लिअे। अेकाअेक भीडमे से कोअी दाहिनी ओरसे भीडको चीरता हुआ अुस रास्ते पर आया। छोटी मनुने यह सोचा कि वह आदमी बापूके पाव छूनेको आगे बढ रहा है। अिसलिअे अुसने अुसे अैसा करनेके लिअे झिडका, क्योकि प्रार्थनाके लिअे पहले ही देर हो चुकी थी। अुसने रास्तेमे आनेवाले आदमीका हाथ पकडकर अुसे रोकनेकी कोशिश की। लेकिन अुसने जोरसे मनुको धक्का दिया, जिससे अुसके हाथकी आश्रम-भजनावली, माला और बापूका पीकदान नीचे गिर गये। ज्यो ही वह बिखरी हुअी चीजोको अुठानेके लिअे झुकी, वह आदमी बापूके सामने

खडा हो गया — अितना नजदीक खडा था कि पिस्तोलसे निकली हुअी गोलीका खोल बादमे बापूके कपडोकी पर्तमे अुलझा हुआ मिला। सात कारतूसोवाली ऑटोमेटिक पिस्तोलसे जल्दी-जल्दी तीन गोलिया छूटी। पहली गोली नाभीसे ढाअी अिंच अूपर और मध्यरेखासे साढे तीन अिंच दाहिनी तरफ पेटकी दाहिनी बाजूमे लगी। दूसरी गोली मध्यरेखासे अेक अिंचकी दूरी पर दाहिनी तरफ घुसी और तीसरी गोली छातीकी दाहिनी तरफ लगी। पहली और दूसरी गोली शरीरको पार करके पीठ पर बाहर निकल आअी। तीसरी गोली अुनके फेफडेमे ही रुकी रही। पहले वारमे अुनका पाव, जो गोली लगनेके वक्त आगे बढ रहा था, नीचे आ गया। दूसरी गोली छोडी गअी, तब तक वे अपने पावो पर ही खडे थे। और अुसके बाद वे गिर गये। अुनके मुहसे आखिरी शब्द "राम! राम!" निकले।

हरिजनसेवक, १५–२–१९४८

४१

प्रार्थना-प्रवचनोंमें से

रामनाम — अुसके नियम और अनुशासन

गाधीजीने कहा रामनाम आदमीको बीमारीमे मदद कर सकता है, लेकिन अुसके कुछ नियम और अनुशासन है। कोअी जरूरतसे ज्यादा खाना खाकर 'रामनाम' जपे और फिर भी अुसे पेटका दर्द हो, तो वह गाधीको दोष नही दे सकता। रामनामका अुचित ढगसे अुपयोग किया जाय तभी अुससे लाभ होता है। कोअी आदमी रामनाम जपे और लूटपाट मचावे, तो वह मोक्षकी आशा नही कर सकता। वह सिर्फ अुन्हीके लिअे है, जो आत्मशुद्धिके लिअे अुचित अनुशासन पालनेके लिअे तैयार है।

— बम्बअी, १५–३–'४६

सबसे असरकारक अिलाज

अुरुळीकाचनकी प्रार्थना-सभामे भाषण करते हुअे गाधीजीने कहा. रामधुन शारीरिक और मानसिक बीमारियोके लिअे सबसे असरकारक अिलाज है। कोअी डॉक्टर या वैद्य दवा देकर बीमारी अच्छी करनेका वचन नही

दे सकता। लेकिन अगर आप भगवानसे प्रार्थना करे, तो वह आपके दु खो और चिताओको जरूर मिटा सकता है। लेकिन प्रार्थनाको असरकारक बनानेके लिअे हमे सच्चे दिलसे रामधुनमे भाग लेना चाहिये, और तभी हमे शाति और सुखका अनुभव हो सकता है।

अिसके अलावा, दूसरी शर्ते भी है, जिन्हे पूरा करना जरूरी है। हमें अुचित खुराक लेना चाहिये, काफी सोना चाहिये और कभी गुस्सा नही करना चाहिये। सबसे पहली बात तो यह है कि हमे कुदरतके साथ मेल साध कर रहना चाहिये और अुसके नियमोका पालन करना चाहिये।

—पूना, २२–३–'४६

तैयारी जरूरी

प्रार्थनाके बाद सभामे भाषण करते हुअे गाधीजीने कहा अीमानदार स्त्री-पुरुषोने मुझे कहा है कि पूरी-पूरी कोशिश करने पर भी वे यह नही कह सकते कि वे दिलसे रामनाम लेते है। अुन्हे मेरा जवाब यह है कि वे कोशिश करते रहे और अपार धीरज रखे। अेक लडकेको डॉक्टर बननेके लिअे कम-से-कम १६ सालका कठिन अभ्यास जरूरी होता है। तब फिर रामनामको दिलमे बसानेके लिअे कितना ज्यादा समय जरूरी होना चाहिये।

—नअी दिल्ली, २०–४–'४६

भीतरी और बाहरी पवित्रता

जो आदमी रामनाम जपकर अपनी अन्तरात्माको पवित्र बना लेता है, वह बाहरी गन्दगीको बरदाश्त नही कर सकता। अगर लाखो-करोडो लोग सच्चे हृदयसे रामनाम जपे, तो न तो दगे—जो सामाजिक रोग है—हो और न बीमारी हो। दुनियामे रामराज्य कायम हो जाय।

—नअी दिल्ली, २१–४–'४६

रामनामका दुरुपयोग

आज प्रार्थनाके बादके भाषणमे गाधीजीने कुदरती अिलाजका जिक्र किया। यानी तन, मन और आत्माकी बीमारियोको खास तौर पर रामनामकी मददसे मिटानेके बारेमे समझाया। अेक भाअीने लिखा था कि कुछ लोग अन्ध-विश्वासकी वजहसे कपडो पर रामनाम छपवा लेते है, और अुन्हे अपने

बदन पर, खासकर छाती पर पहनते-ओढते हैं। दूसरे कुछ लोग कागजके टुकडो पर बारीक अक्षरोमे करोडोकी तादादमे रामनाम लिखते है और अुन्हे काट-काटकर अुनकी छोटी-छोटी गोलिया अिस खयालसे निगल जाते है कि अिस तरह वे यह दावा कर सकेंगे कि रामनाम अुनके दिलमे छप गया है। अेक और भाअीने अुनसे पूछा था कि क्या अुन्होने रामनामको सब तरहकी बीमारियोका अेक ही रामबाण अिलाज कहा है? और क्या अुनके ये राम अीश्वरके अवतार और अयोध्याके राजा दशरथके पुत्र थे? कुछ अैसे भी लोग है, जो मानते है कि गाधीजी खुद भुलावेमे पडे हुअे है और अन्ध-विश्वासोसे भरे अिस देशके हजारो अन्ध-विश्वासोमे अेक और अन्ध-विश्वास बढाकर दूसरोको भी भुलावेमे डालनेकी कोशिश कर रहे है। गाधीजीने कहा "अिस तरहकी टीकाका मेरे पास कोअी जवाब नही है। मै तो अपने दिलसे यह कहता हू कि अगर लोग सचाअीका दुरुपयोग करते है और धोखा-धडीसे काम लेते है, तो मै अुसकी परवाह क्यो करू? जब तक मुझे अपनी सचाअीका पक्का भरोसा है, मै अिस डरसे अुसका अैलान करनेसे रुक कैसे सकता हू कि लोग अुसे गलत समझेंगे या अुसका गलत अिस्तेमाल करेंगे? अिस दुनियामे अैसा कोअी नही है, जिसने पूरी-पूरी सचाअीको जाना हो। यह तो सिर्फ अेक अीश्वरका ही विशेषण है। हम सब तो सिर्फ सापेक्ष सत्यको ही जानते है। अिसलिअे जिसे हम जानते है, अुसीके मुताबिक हम अपना बरताव रख सकते है। अिस तरह सचाअीका पालन करनेसे कोअी कभी गुमराह नही हो सकता।"

—नअी दिल्ली, २४–५–'४६

रामनाम कैसे लें?

आजके अपने भाषणमे गाधीजीने बताया कि किस तरह अिन्सानको सतानेवाली तीनो तरहकी बीमारियोके लिअे अकेले रामनामको ही रामबाण अिलाज बनाया जा सकता है। अुन्होने कहा "अिसकी पहली शर्त तो यह है कि रामनाम दिलके अन्दरसे निकलना चाहिये। लेकिन अिसका मतलब क्या? लोग अपनी शारीरिक बीमारियोका अिलाज खोजनेके लिअे दुनियाके आखिरी छोर तक जानेसे भी नही थकते, जब कि मन और आत्माकी बीमारियोके सामने ये शारीरिक बीमारिया बहुत कम महत्त्व रखती है। मनुष्यका भौतिक

शरीर तो आखिर अेक दिन मिटने ही वाला है। अुसका स्वभाव ही है कि वह हमेशाके लिअे रह ही नही सकता। और तिस पर भी लोग अपने अन्दर रहनेवाली अमर आत्माको भुलाकर अुसीका ज्यादा प्यार-दुलार करते है। रामनाममे श्रद्धा रखनेवाला आदमी अपने शरीरको अैसे झूठे लाड नही लडायेगा, बल्कि अुसे अीश्वरकी सेवा करनेका अेक जरिया-भर समझेगा। अुसको अिस तरहका माकूल जरिया बनानेके लिअे रामनामसे बढकर दूसरी कोअी चीज नही।

"रामनामको हृदयमे अकित करनेके लिअे अनन्त धीरजकी जरूरत है। अिसमे युग-के-युग लग सकते है, लेकिन यह कोशिश करने जैसी है। अिसमे कामयाबी भी भगवानकी कृपासे ही मिल सकती है।

"जब तक आदमी अपने अन्दर और बाहर सचाअी, अीमानदारी और पवित्रताके गुणोको नही बढाता, तब तक अुसके दिलसे रामनाम नही निकल सकता। हम लोग रोज शामकी प्रार्थनामे स्थितप्रज्ञका वर्णन करनेवाले श्लोक पढते है। हममे से हरअेक आदमी स्थितप्रज्ञ बन सकता है, बशर्ते कि वह अपनी अिन्द्रियोको अपने काबूमे रखे और जीवनको सेवामय बनानेके लिअे ही खाये, पीये और मौज-शौक या हसी-विनोद करे। मसलन्, अगर अपने विचारो पर आपका कोअी काबू नही है और अगर आप अेक तग अधेरी कोठरीमे अुसकी तमाम खिडकिया और दरवाजे बन्द करके सोनेमे कोअी हर्ज नही समझते और गन्दी हवा लेते है या गन्दा पानी पीते है, तो मै कहूगा कि आपका रामनाम लेना बेकार है।

"लेकिन अिसका यह मतलब नही कि चूकि आप जितने चाहिये अुतने पवित्र नही है, अिसलिअे आपको रामनाम लेना छोड देना चाहिये। क्योकि पवित्र बननेके लिअे भी रामनाम लेना लाभकारी है। जो आदमी दिलसे रामनाम लेता है, वह आसानीसे अपने-आप पर काबू रख सकता है और अनुशासनमे रह सकता है। अुसके लिअे तन्दुरुस्ती और सफाअीके नियमोका पालन करना सहल हो जायगा। अुसकी जिन्दगी सहज भावसे बीत सकेगी — अुसमे कोअी विषमता न होगी। वह किसीको सताना या दुख पहुचाना पसन्द नही करेगा। दूसरोके दुखोको मिटानेके लिअे, अुन्हें राहत पहुचानेके लिअे, खुद तकलीफ अुठा लेना अुसकी आदतमे आ जायगा और अुसको हमेशाके लिअे अेक अमिट सुखका लाभ मिलेगा — अुसका मन अेक शाश्वत और अमर सुखसे भर जायगा।

अिसलिअे मैं कहता हू कि आप अिस कोशिशमे लगे रहिये और जब तक काम करते है तब तक सारा समय मन-ही-मन रामनाम लेते रहिये। अिस तरह करनेसे अेक दिन अैसा भी आयेगा, जब रामनाम आपका सोते-जागतेका साथी बन जायगा और अुस हालतमे आप ओश्वरकी कृपासे तन, मन और आत्मासे पूरे-पूरे स्वस्थ और तन्दुरुस्त बन जायगे।"

—नअी दिल्ली, २५–५–'४६

मौन विचारकी शक्ति

आजकी प्रार्थना-सभामे गाधीजीने कहा "आप सब मेरे साथ रामनाम लेने या रामनाम लेना सीखनेके लिअे रोज रोज अिन प्रार्थना-सभाओमे आते रहे है। लेकिन रामनाम सिर्फ जबानसे नही सिखाया जा सकता। मुहसे निकले बोलके मुकाबले दिलका मौन विचार कही ज्यादा ताकत रखता है। अेक सच्चा विचार सारी दुनिया पर छा सकता है — अुसे प्रभावित कर सकता है। वह कभी बेकार नही जाता। विचारको बोल या कामका जामा पहनानेकी कोशिश ही अुसकी ताकतको सीमित कर देती है। अैसा कौन है जो अपने विचारको शब्द या कार्यमे पूरी तरह प्रकट करनेमे कामयाब हुआ हो?"

आगे चलकर गाधीजीने कहा "आप यह पूछ सकते है कि अगर अैसा है, तो फिर आदमी हमेशाके लिअे मौन ही क्यो न ले ले? अुसूलकी दृष्टिसे तो यह सभव है, लेकिन जिन शर्तोके मुताबिक मौन विचार पूरी तरह क्रियाकी जगह ले सकते है, अुन शर्तोको पूरा करना बहुत मुश्किल है। मै खुद अपने विचारो पर अिस तरहका पूरा-पूरा काबू पा लेनेका कोअी दावा नही कर सकता। मै अपने मनसे बेमतलब और बेकारके खयालोको पूरी तरह दूर नही रख सकता। अिस हालतको पाने या अिस तक पहुचनेके लिअे तो अनन्त धीरज, जागृति और तपश्चर्याकी जरूरत है।

"कल जब मैने आपसे यह कहा था कि रामनामकी शक्तिका कोअी पार नही है, तब मै किसी आलकारिक भाषामे नही बोल रहा था, बल्कि सचमुच यही कहना भी चाहता था। मगर अिस चीजको महसूस करनेके लिअे बिलकुल शुद्ध और पवित्र हृदयसे रामनामका निकलना जरूरी है। मै खुद अिस हालतको पानेकी कोशिशमे लगा हुआ हू। मेरे दिलमे तो अिसकी अेक तसवीर खिच गअी है, लेकिन मै अिसे पूरी तरह अमलमे

नही ला सका हू। जब वह हालत पैदा हो जायगी, तब तो रामनाम रटना भी जरूरी न रह जायगा।*

"मुझे अुम्मीद है कि मेरी गैरहाजिरीमे भी आप अपने घरोमे अलग-अलग और अेक माथ बैठकर रामनाम लेते रहेंगे। सबके साथ मिलकर, सामूहिक रूपमे, प्रार्थना करनेका रहस्य यह है कि अुसका अेक-दूसरे पर जो शान्त प्रभाव पडता है, वह आध्यात्मिक अुन्नतिकी राहमे मददगार हो सकता है।"

—नअी दिल्ली, २६–५–'४६

रामनाम जैसा कोअी जादू नहीं

आजकी प्रार्थना-सभामे गाधीजीने कहा "रामनाम सिर्फ कुछ खास आदमियोके लिअे ही नही है, वह सबके लिअे है। जो रामका नाम लेता है, वह अपने लिअे अेक भारी खजाना जमा करता जाता है। और यह तो अेक अैसा खजाना है, जो कभी खूटता ही नही। जितना अिसमे से निकालो, अुतना बढता ही जाता है। अिसका अन्त ही नही है। और जैसा कि अुपनिषद् कहता है 'पूर्णमे से पूर्ण निकालो, तो पूर्ण ही बाकी रहता है', वैसे ही रामनाम तमाम बीमारियोका अेक शर्तिया अिलाज है, फिर चाहे वे शारीरिक हो, मानसिक हो, या आध्यात्मिक हो।

"लेकिन शर्त यह है कि रामनाम दिलसे निकले। क्या बुरे विचार आपके मनमे आते है? क्या काम या लोभ आपको सताते है? अगर अैसा है तो रामनाम जैसा कोअी जादू नही।" और अुन्होने अपना मतलब अेक मिसाल देकर समझाया "फर्ज कीजिये कि आपके मनमे यह लालच पैदा होता है कि बगैर मेहनत किये, बेअीमानीके तरीकेसे, आप लाखो रुपये कमा लें। लेकिन अगर आपको रामनाम पर श्रद्धा है, तो आप सोचेंगे कि अपने बीबी-बच्चोके लिअे आप अैसी दौलत क्यो अिकट्ठी करे जिसे वे शायद अुडा दे? अच्छे चाल-चलन और अच्छी तालीम और ट्रेनिंगके रूपमे अुनके

* मै अपने जीवनमे अैसे समयकी जरूर आशा करता हू, जब रामनामका जप भी अेक रुकावट हो जायगा। जब मै यह समझ लूगा कि राम वाणीसे भी परे है, तब मुझे अुसका नाम दोहरानेकी जरूरत नही रह जायगी।
—यग अिंडिया, १४–८–'२४

लिअे अैसी विरासत क्यो न छोड जाय, जिससे वे अीमानदारी और मेहनतके साथ अपनी रोटी कमा सके? आप यह सब सोचते तो है, लेकिन कर नही पाते। मगर रामनामका निरतर जप चलता रहे, तो अेक दिन वह आपके कण्ठसे हृदय तक अुतर आयेगा, और रामबाण अुपाय साबित होगा। वह आपके सब भ्रम मिटा देगा, आपके झूठे मोह और अज्ञानको छुडा देगा। तब आप समझ जायगे कि आप कितने पागल थे, जो अपने बाल-बच्चोके लिअे करोडोकी अिच्छा करते थे, बजाय अिसके कि अुन्हे रामनामका वह खजाना देते, जिसकी कीमत कोअी पा नही सकता, जो हमे भटकने नही देता, जो मुक्तिदाता है। और आप खुशीसे फूले नही समायेगे। आप अपने बाल-बच्चोसे और अपनी पत्नीसे कहेगे 'मै करोडो कमाने गया था, मगर वह कमाना तो भूल गया। दूसरे करोड लाया हू।' वे पूछेगे 'कहा है वह हीरा, जरा देखे तो!' जवाबमे आपकी आखे हसेगी, मुह हसेगा और धीरेसे आप जवाब देगे 'जो करोडोका पति है, अुसे हृदयमे रखकर लाया हू। तुम भी चैनसे रहोगे, मै भी चैनसे रहूगा।'"

—मसूरी, ८–६–'४६

सारी प्रार्थनाओका सार

शामकी प्रार्थनाके बादके अपने भाषणमे गाधीजीने कहा मै आशा करता हू कि आप अपने घरोमे सुबह-शाम नियमसे प्रार्थना करेगे। अगर आप न चाहे तो आपके लिअे सस्कृत श्लोक सीखना कोअी जरूरी नही। रामधुन ही काफी है। सारी प्रार्थनाओका सार यही है कि आप अपने दिलोमे अीश्वरको बसा ले। अगर आप अिसमे सफल हो जाय, तो आपका, समाजका और सारी दुनियाका भला होगा।

—मसूरी, ८–६–'४६

सरासर धोखा

रामका नाम लेना और रावणका काम करना निकम्मीसे निकम्मी चीज है। हम अपने-आपको धोखा दे सकते है, सारी दुनियाको धोखा दे सकते है, लेकिन रामको धोखा नही दे सकते।

—नअी दिल्ली, १८–६–'४६

ओीश्वरके नामका अमृत

प्रार्थनामे गाये हुअे मीराबाओीके भजनकी व्याख्या करते हुअे गाधीजीने कहा अिस भजनमे भक्त आत्मासे जी भरकर ओीश्वर-नामका अमृत पीनेको कहता है। मामूली खान-पानसे आदमीका दिल अूब जाता है और जरूरतसे ज्यादा खाने-पीनेसे बीमारी होती है। लेकिन ओीश्वर-नामके अमृतकी अैसी कोओी सीमा नही है। आदमी जितना ज्यादा अुसे पीता है, अुतनी ही अुसके लिअे अुसकी प्यास बढती है—लेकिन वह हृदयमे गहरा पैठ जाना चाहिये। जब अैसा होता है तब हमारा सारा भ्रम और आसक्ति, सारी वासना और द्वेष दूर हो जाते है। शर्त यही है कि हम अिस कोशिशमे लगे रहे और धीरज रखे। अैसे प्रयत्नका अनिवार्य नतीजा सफलता है।

—नअी दिल्ली, १८–६–'४६

श्रद्धाका चमत्कार

आजकी प्रार्थना-सभामे गाधीजीने कहा "प्रार्थनामे श्रद्धा रखनेवालेके लिअे निराशा नामकी कोओी चीज नही होनी चाहिये, क्योकि वह जानता है कि समय अुस सर्वशक्तिमान भगवानके हाथमे है। वही समय पर सब कुछ करता है। अिसलिअे भक्त हमेशा श्रद्धा और धीरजके साथ किसी भी कामके होनेका रास्ता देखता है।"

गजेन्द्र-मोक्षकी कथा पर टीका करते हुअे अुन्होने कहा "अिस कथाका निचोड यह है कि परीक्षाके समय ओीश्वर हमेशा अपने भक्तकी मदद करता है। शर्त यही है कि अुस पर मनुष्यकी जीती-जागती श्रद्धा हो और अुसीका मनुष्य आसरा ले। श्रद्धाकी कसौटी यह है कि अपना फर्ज अदा करनेके बाद अुसका जो कुछ भी भला या बुरा नतीजा हो अुसे मनुष्य मान ले। सुख आये या दुःख, अुसके लिअे दोनो बराबर होने चाहिये। जनक राजाके बारेमे कहा जाता है कि अेक बार अुन्हे किसीने आकर कहा 'महाराज! आपकी राजधानी मिथिला जल रही है।' अुन्होंने जवाब दिया 'मिथिलाया प्रदग्धाया न मे दह्यति कश्चन'—मिथिलाको आग लगी है तो मुझे अुससे क्या? अुनके अिस धीरज और शान्तिका रहस्य यह था कि वे हमेशा जाग्रत रहते थे, हमेशा अपना फर्ज अदा करते थे। अिसलिअे बाकी सब कुछ वे ओीश्वर पर छोड सकते थे।

"तो आप यह जान ले कि पहले तो अीश्वर अपने भक्तको मुसीबतोंसे बचा ही लेता है, और अगर मुसीबत आ ही पडे, तो भक्त शान्तिसे अीश्वरकी मरजीके सामने सिर झुकाकर खुशी-खुशी अुसे सह लेता है।"

—नअी दिल्ली, २०–६–'४६

रामनामका महत्त्व

आजकी प्रार्थना-सभामे गाधीजीने पूछा "क्या मै अेक नअी किस्मके अन्ध-विश्वासका प्रचार कर रहा हू? अीश्वर कोअी व्यक्ति नही। वह सब जगह मौजूद है और सर्वशक्तिमान है। जो भी कोअी अुसे अपने दिलमे जगह देता है, वह अैसी अजीब आशाओं और अुमगोसे भर जाता है, जिनकी ताकतका मुकाबला भाप और बिजलीकी ताकतसे नही किया जा सकता। वह ताकत तो अुससे भी ज्यादा सूक्ष्म होती है। रामनाम कोअी जादू-टोना नही है। वह तो अपने समूचे अर्थके साथ ही लिया जाना चाहिये। रामनाम गणितका अेक अैसा सूत्र या फॉर्मूला है, जो थोडेमे बेहिसाब खोज और तजरबे (प्रयोग) को जाहिर कर देता है। सिर्फ मुहसे रामनाम रटनेसे कोअी ताकत नही मिलती। ताकत पानेके लिअे यह जरूरी है कि सोच-समझ-कर नाम जपा जाय और जपकी शर्तोका पालन करते हुअे जिन्दगी बिताअी जाय। अीश्वरका नाम लेनेके लिअे मनुष्यको अीश्वरमय या खुदाकी जिन्दगी बितानी चाहिये।"

—पूना, २–७–'४६

भीतरी और बाहरी सफाअी

आजकी प्रार्थना-सभामे गाधीजीने हरिजन-बस्तीके आसपासकी गन्दगीका जिक्र किया, जिसमे वे रहते थे। अुन्होने कहा "यहा मै अेक ओवर-सीयरके मकानमे रहता हू। मेरी समझमे नही आता कि क्यो ये ओवर-सीयर और यहाकी सफाअीका अिन्तजाम करनेवाले यानी म्युनिसिपैलिटी और पी० डब्ल्यु० डी० के लोग अिस सारी गन्दगीको बरदाश्त करते है। मेरे यहा आने और रहनेसे फायदा ही क्या, अगर मै अिस जगहको साफ और स्वास्थ्यप्रद बनानेके लिअे अुन्हे समझा न सकू?

है। लेकिन मेरा यह भी विश्वास है कि रामनाम ही सारी बीमारियोका सबसे बडा अिलाज है। अिसलिअे वह सारे अिलाजोसे अूपर है। चारो तरफसे मुझे घेरनेवाली आगकी लपटोके बीच तो भगवानमे जीती-जागती श्रद्धाकी मुझे सबसे बडी जरूरत है। वही लोगोको अिस आगको बुझानेकी शक्ति दे सकता है। अगर भगवानको मुझसे काम लेना होगा, तो वह मुझे जिन्दा रखेगा, वर्ना मुझे अपने पास बुला लेगा।

"आपने अभी जो भजन सुना है, अुसमे कविने मनुष्यको कभी रामनाम न भूलनेका अुपदेश दिया है। भगवान ही मनुष्यका अेक आसरा है। अिसलिअे आजके सकटमे मै अपने-आपको पूरी तरह भगवानके भरोसे छोड देना चाहता हू और शरीरकी बीमारीके लिअे किसी तरहकी डॉक्टरी मदद नही लेना चाहता।"

—नअी दिल्ली, १८–१०–'४७

४२
रोजके विचार

बीमारी मात्र मनुष्यके लिअे शरमकी बात होनी चाहिये। बीमारी किसी भी दोषकी सूचक है। जिसका तन और मन सर्वथा स्वस्थ है, अुसे बीमारी होनी ही नही चाहिये।

—सेवाग्राम, २६–१२–'४४

विकारी विचार भी बीमारीकी निशानी है। अिसलिअे हम सब विकारी विचारसे बचते रहे।

—सेवाग्राम, २७–१२–'४४

विकारी विचारसे बचनेका अेक अमोघ अुपाय रामनाम है। नाम कठसे ही नही, किन्तु हृदयसे निकलना चाहिये।

—सेवाग्राम, २८–१२–'४४

व्याधि अनेक है, वैद्य अनेक है, अुपचार भी अनेक है। अगर सारी व्याधिको अेक ही माने और अुसका मिटानेहारा वैद्य अेक राम ही है अैसा समझे, तो हम बहुत-सी झझटोसे बच जाय।

—सेवाग्राम, २९–१२–'४४

आश्चर्य है कि वैद्य मरते है, डॉक्टर मरते है, फिर भी अुनके पीछे हम भटकते है। लेकिन जो राम मरता नही है, हमेशा जिन्दा रहता है और अचूक वैद्य है, अुसे हम भूल जाते है।

—सेवाग्राम, ३०–१२–'४४

अिससे भी ज्यादा आश्चर्य यह है कि हम जानते है कि हम भी मरनेवाले तो है ही, बहुत करे तो वैद्यादिकी दवासे शायद हम थोडे दिन और काट सकते है और अिसलिअे ख्वार होते है।

—सेवाग्राम, ३१–१२–'४४

अिसी तरह बूढे, बच्चे, जवान, धनिक, गरीब, सबको मरते हुअे पाते है, तो भी हम सतोषसे बैठना नही चाहते और थोडे दिन जीनेके लिअे रामको छोड सब प्रयत्न करते है।

—सेवाग्राम, १–१–'४५

कैसा अच्छा हो कि अितना समझकर हम रामके भरोसे रहकर जो भी व्याधि आवे, अुसे बरदाश्त करे और अपना जीवन आनन्दमय बनाकर व्यतीत करे!

—सेवाग्राम, २–१–'४५

अगर धार्मिक माना जानेवाला मनुष्य रोगसे दु खी हो, तो समझना चाहिये कि अुसमे किसी-न-किसी चीजकी कमी है।

—सेवाग्राम, २२–४–'४५

अगर लाख प्रयत्न करने पर भी मनुष्यका मन अपवित्र रहे, तो रामनाम ही अुसका अेकमात्र आधार होना चाहिये।

—मद्रासके नजदीक पहुचते हुअे, २१–१–'४६

मै जितना ज्यादा विचार करता हू, अुतना ही ज्यादा यह महसूस करता हू कि ज्ञानके साथ हृदयसे लिया हुआ रामनाम सारी बीमारियोकी रामबाण दवा है।

—अुरुळी, २२–३–'४६

आसक्ति, घृणा वगैरा भी रोग है और वे शारीरिक रोगोसे ज्यादा बुरे है। रामनामके सिवा अुनका कोअी अिलाज नही है।

अुरुळी, २३–३–'४६

मनकी गन्दगी शरीरकी गन्दगीसे ज्यादा खतरनाक है, बाहरी गन्दगी आखिरकार भीतरी गन्दगीकी ही निशानी है।

—अुरुळी, २४–३–’४६

अीश्वरकी शरणमे जानेसे किसीको जो आनन्द और सुख मिलता है, अुसका कौन वर्णन कर सकता है? —अुरुळी, २५–३–’४६

रामनाम अुन्हीकी मदद करता है, जो अुसे जपनेकी शर्तें पूरी करते है।

—नअी दिल्ली, ८–४–’४६

रामनाम जपके साथ-साथ अगर रामके योग्य सेवा न की जाय, तो वह व्यर्थ जाता है। —नअी दिल्ली, २१–४–’४६

बीमारीसे जितनी मौते नही होती, अुससे ज्यादा बीमारीके डरसे हो जाती हैं। —शिमला, ७–५–’४६

तीन तरहके रोगोके लिअे रामनाम ही यकीनी अिलाज है।

—नअी दिल्ली, २४–५–’४६

जो रामनामका आसरा लेता है, अुसकी सारी अिच्छाअें पूरी होती हैं।

—नअी दिल्ली, २५–५–’४६

अगर कोअी रामनामका अमृत पीना चाहता है, तो यह जरूरी है कि वह काम, क्रोध वगैराको अपने पाससे भगा दे।

—नअी दिल्ली, २०–६–’४६

जब सब कुछ अच्छा होता है, तब तो सब कोअी अीश्वरका नाम लेते ही हैं, लेकिन सच्चा भक्त तो वही है, जो सब कुछ बिगड जाने पर भी अीश्वरको याद करता है। —बम्बअी, ६–७–’४६

रामनामका रसायन आत्माको आनन्द देता है और शरीरके रोग मिटाता है।

—पूना, ९–७–’४६

४३

दो पत्र

१

यरवडा मन्दिर
१२–११–१९३०

प्रिय

शरीरकी तन्दुरुस्तीके लिअे तुम्हे कटिस्नान और सूर्यस्नान लेना चाहिये। और मनकी शान्तिके लिअे रामनाम सबसे बढिया अिलाज है। जब कोअी विकार तुम्हे तकलीफ दे, तब अपने आप पर सयम रखो। अीश्वरके प्रकाशमे चलनेका अेक ही रास्ता है, और वह है अुसकी पैदा की हुअी सृष्टिकी सेवा करना। अीश्वरकी कृपा या प्रकाशका अिससे दूसरा कोअी अर्थ ही नही है।

बापूके आशीर्वाद

२

सेवाग्राम,
९–१–१९४५

प्रिय

तुम्हारा पत्र मिला। तुम अच्छे होते हो या नही — अिसकी क्या परवाह है? हम जितना ज्यादा अीश्वर पर आधार रखेंगे, अुतनी ही ज्यादा मानसिक शान्ति हमे मिलेगी। बेशक, वैद्य और डॉक्टर तो है ही, लेकिन वे हमे अीश्वरसे बहुत दूर ले जाते है। अिसीलिअे मैंने तुम्हे वहा भेजना ज्यादा पसन्द किया। कुदरती अिलाज हमे अीश्वरके ज्यादा नजदीक ले जाता है। अगर हम अुसके बिना भी काम चला सके, तो मै अुसका कोअी विरोध नही करूगा। लेकिन अुपवाससे हम क्यो डरे या शुद्ध हवासे क्यो बचे? कुदरती अिलाजका मतलब है कुदरत — अीश्वर — के ज्यादा नजदीक जाना। देखें मै अिसमे कितना सफल होता हू। मै सचमुच शक्तिसे बाहर काम नही करूगा।

बापूके आशीर्वाद

सच्चा डॉक्टर राम ही है

नोआखालीमे आमकी नामका अेक गाव है। वहा बापूजीके लिअे बकरीका दूध कही न मिल सका। सब तरफ तलाश करते-करते जब मै थक गअी, तब आखिर मैंने बापूको यह बात बताअी। बापूजी कहने लगे "तो अुसमे क्या हुआ? नारियलका दूध बकरीके दूधकी जगह अच्छी तरह काम दे सकता है। और बकरीके घीके बजाय हम नारियलका ताजा तेल निकालकर खायेगे।"

अिसके बाद नारियलका दूध और तेल निकालनेका तरीका बापूने मुझे बताया। मैंने निकालकर अुन्हे दिया। बापूजी बकरीका दूध हमेशा आठ औस लेते थे, अुसी तरह नारियलका दूध भी आठ औस लिया। लेकिन हजम करनेमे बहुत भारी पडा और अुससे अुन्हे दस्त होने लगे। अिससे शाम तक बापूको अितनी कमजोरी आ गअी कि बाहरसे झोपडीमे आते-आते अुन्हे चक्कर आ गये।

जब-जब बापूको चक्कर आनेवाले होते, तब-तब अुनके चिह्न पहले ही दिखाअी देने लगते थे। अुन्हे बहुत ज्यादा जभाअिया आती, पसीना आता, और कभी-कभी वे आखे भी फेर लेते थे। अिस तरह अुनके जभाअिया लेनेसे चक्कर आनेकी सूचना तो मुझे पहले ही मिल चुकी थी। मगर मैं सोच रही थी कि अब बिछौना चार ही फुट तो रहा, वहा तक तो बापूजी पहुच ही जायेगे। लेकिन मेरा अन्दाज गलत निकला। और मेरे सहारे चलते-चलते ही बापूजी लडखडाने लगे। मैंने सावधानीसे अुनका सिर सभाल रखा और निर्मलबाबूको जोरसे पुकारा। वे आये और हम दोनोने मिलकर अुन्हे बिछौने पर सुला दिया। फिर मैंने सोचा — 'कही बापू ज्यादा बीमार हो गये, तो लोग मुझे मूर्ख कहेगे। पासके देहातमे ही सुशीलाबहन है। अुन्हे न बुलवा लू?' मैंने चिट्ठी लिखी और भिजवानेके लिअे निर्मलबाबूके हाथमे दी ही थी कि अितनेमे बापूको होश आया और मुझे पुकारा "मनुडी!"

(बापूजी जब लाडसे बुलाते थे, तो मुझे मनुडी कहते थे।) मै पास गअी तो कहने लगे — "तुमने निर्मलबाबूको आवाज लगाकर बुलाया, यह मुझे बिलकुल नही रुचा। तुम अभी बच्ची हो, अिसलिअे मै तुम्हे माफ तो कर सकता हू। परन्तु तुमसे मेरी अुम्मीद तो यही है कि तुम और कुछ न करके सिर्फ सच्चे दिलसे रामनाम लेती रहो। मै अपने मनमे तो रामनाम ले ही रहा था। पर तुम भी निर्मलबाबूको बुलानेके बजाय रामनाम शुरू कर देती, तो मुझे बहुत अच्छा लगता। अब देखो यह बात सुशीलासे न कहना, और न अुसे चिट्ठी लिखकर बुलाना। क्योकि मेरा सच्चा डॉक्टर तो राम ही है। जहा तक अुसे मुझसे काम लेना होगा, वहा तक मुझे जिलायेगा, और नही तो अुठा लेगा।"

'सुशीलाको न बुलाना' यह सुनते ही मै काप अुठी और मैने तुरत निर्मलबाबूके हाथसे चिट्ठी छीन ली। चिट्ठी फट गअी। बापूने पूछा — "क्यो, तुमने चिट्ठी लिख भी डाली थी न?" मैने लाचारीसे मजूर किया। तब कहने लगे — "आज तुम्हे और मुझे अीश्वरने बचा लिया। यह चिट्ठी पढकर सुशीला अपना काम छोडकर मेरे पास दौडी आती, वह मुझे बिलकुल पसन्द न आता। मुझे तुमसे और अपने आपसे चिढ होती। आज मेरी कसौटी हुअी। अगर रामनामका मन्त्र मेरे दिलमे पूरा-पूरा रम जायगा, तो मै कभी बीमार होकर नही मरूगा। यह नियम सिर्फ मेरे लिअे ही नही, सबके लिअे है। हरअेक आदमीको अपनी भूलका नतीजा भोगना ही पडता है। मुझे जो दुख भोगना पडा, वह मेरी किसी भूलका ही परिणाम होगा। फिर भी आखिरी दम तक रामनामका ही स्मरण होना चाहिये। वह भी तोतेकी तरह नही, बल्कि सच्चे दिलसे लिया जाना चाहिये। रामायणमे अेक कथा है कि हनुमानजीको जब सीताजीने मोतीकी माला दी, तो अुन्होने अुसे तोड डाला, क्योकि अुन्हे देखना था कि अुसमे रामका नाम है या नही। यह बात सच है या नही, अुसकी फिकर हम क्यो करे? हमे तो अितना ही सीखना है कि हनुमानजी जैसा पहाडी शरीर हम अपना न भी बना सके, फिर भी अुनके जैसी आत्मा तो जरूर बना सकते है। अिस अुदाहरणको यदि आदमी चाहे तो सिद्ध कर सकता है। हो सकता है कि वह न भी सिद्ध कर पाये। लेकिन यदि सिद्ध करनेकी कोशिश ही करे, तो भी काफी है। गीता माताने कहा ही है कि मनुष्यको कोशिश करनी

चाहिये और फल अीश्वरके हाथमें छोड़ देना चाहिये। अिसलिअे तुम्हें, मुझे और सबको कोशिश तो करनी ही चाहिये। अब तुम समझी न कि मेरी, तुम्हारी या किसीकी बीमारीके विषयमें मेरी क्या धारणा है?"

अुसी दिन अेक बीमार बहनको पत्र लिखते हुअे भी बापूने यही बात लिखी — "संसारमें अगर कोअी अचूक दवाअी हो तो वह रामनाम है। अिस नामके रटनेवालोंको अिसका अधिकार प्राप्त करनेके लिअे जिन-जिन नियमोंका पालन करना चाहिये, अुन सबका वे पालन करें। मगर यह रामबाण अिलाज करनेकी हम सबमें योग्यता कहां है?"

(मेरी रोजकी नोआखालीकी डायरीमें से)

अूपरकी घटना ३० जनवरी, १९४७ के दिन घटी थी। बापूकी मृत्युसे ठीक अेक साल पहले।

रामनाम परकी अुनकी यह श्रद्धा आखिरी क्षण तक अचल रही। १९४७ की ३० वीं जनवरीको यह मधुर घटना घटी; और १९४८ की ३० वीं जनवरीको बापूने मुझसे कहा कि 'आखिरी दम तक हमें रामनाम रटते रहना चाहिये।' अिस तरह आखिरी वक्त भी दो बार बापूके मुंहसे 'रा . . . म! रा . . . म!' सुनना मेरे ही भाग्यमें बदा होगा, अिसकी मुझे क्या कल्पना थी? अीश्वरकी गति कैसी गहन है!

('बापू — मेरी मां' से)

सूची

अल्लाह —के नामसे भगवानको पहचानना ३१, —यानी रामनाम, खुदा, गॉड, २५, —राम व गॉड अेकार्थक ७, —वही जो गॉड व ओीश्वर है १४

अस्पताल ४१, —पर गाधीजीकी सम्मति ३०

आतरिक शाति, प्रार्थना बिना नही मिलती १०

आत्मा ५१, —अमर है, शरीर नही २५

आयुर्वेद २६, ३६, ४२, —और कुदरती अिलाज २६, ३६

ऑपरेशन और रामनाम ४७

अिन्फेण्टाअिल पैरेलिसिस ३३

ओीश्वर —अेक शक्ति है २३, —और अुसका कायदा २६, —का दर्शन, अपने अन्दर ३४; —का सच्चा भक्त ६८, —के अनेक नाम २५, २७, —के हजार नाम २७, ५३, —मनुष्य नही २२, —वैद्य भी है ३३

ओीसा १४

अुपवास और प्रार्थना ३०

अुरुळीकाचन २३, ३७-४०, ५६

कटिस्नान ३७, ६९, —बाहरी मददके रूपमे ६

किशोरलाल मशरूवाला ५४

कुदरत —के नियम ४४-४५; —के कानूनोका पालन ४७, —के साथ मेल साधकर रहना ५७

कुदरती अिलाज (अुपचार) २४-२५, २९-३०, ३५-३६, ३८-४२, ४६, —का जरूरी हिस्सा पथ्य परहेज ४१, —की गाधीजीकी कल्पना २४, —की हद पाच महाभूतोका असल अुपयोग ३६, —के दो पहलू ४०, —गरीबोके लिअे ४१, —पर गाधीजीके विचार ३१, ४०-४१, —मे मसाले और पाक वगैराका स्थान ३६

कुने ३१, ४३

क्रिश्चियन साअिन्टिस्ट ३४, —सायन्स ३३, ४७
क्नेअिप, फादर ४३
गणेशशास्त्री जोशी, वैद्यराज २६
गाधीजी ५५-६६; —और गरीबोके लिअे कुदरती अिलाज ३१, —का अच्छा हिन्दू, मुसलमान और अीसाअी होनेका दावा ५३, —का अुरुळीकाचनमे बीमारोको रामनामके साथ अिलाज सुझाना ३८, —का भूतप्रेतसे डरना ३, —का सनातनी हिन्दू होनेका दावा ५३, —का विचारो पर पूरा-पूरा काबू न होना कबूल करना ४, —की 'करो या मरो' की प्रतिज्ञा ५४, —की बीमारीके विषयमे धारणा ७२, —की नश्तर लगवानेकी तैयारी अुनके मनकी दुर्बलता ४, —कुदरती अिलाजके पक्के हिमायती ३१, —पूर्णताके साधकमात्र ४, —मूर्तिपूजकोकी अुतनी ही अिज्जत करनेवाले २२, —मूर्तियोको नही मानते २२
गोमतीबहन ५४
चरक २६, २७, २९, ३३, ३५
जतर-मतर और रामनाम १६
जुस्ट ३१, ४३
तुलसीदास १९, २१, २३, २८
दीनशा मेह्ता, डॉ० ६५
दूध —गायका, खानेमे आरोग्यप्रद ४०, —मरीजोके लिअे अुपयोगी ४०, —पैदा करना कुदरती अिलाजका खास अग ४२, —मेह्तके लिअे बहुत ज्यादा जरूरी ४०
धर्म ३, —मलमे सब अेक है २१, —सबधी गाधीजीका मत ३, ३८
नियम —कुदरतके ३५, ४४-४५, —ब्रह्मचर्यकी रक्षाके २३, —सफाअीके ३१, —स्वास्थ्यकी हिफाजतके ४४
निर्मलबाबू ७०, ७१
'न्यू सायन्स ऑफ हीलिग' ३१
पच (पाच) महाभूत ३४, ३६, ३८, ४२, ४५
प्राकृतिक अुपचारक २९
प्रार्थना १०, ६२, ६३, —के बिना आतरिक शाति नही १०, —प्रवचन ५६-६६, —मे श्रद्धा रखनेवाला निराश नही होता ६३, —सामूहिक रूपमे ६१
पिअरे सेरेसोल ११

फेथ-हीलर ३४
फौजी ताकतका दिवालियापन १३
बच्चोके प्रति मा-बापकी जिम्मेदारी ३५
'बाक' ११
बीमारी ४०, ६२, –आ ही नही सकती, जहा विचार शुद्ध हो ४७, –को रोकना अिलाजसे बेहतर ३१, –तन और मनकी ३८, –रूहानी १९
ब्रह्मचर्य ५, २२, –का अर्थ जननेन्द्रिय पर काबू पाना २४, –का साधन ५, –सिद्ध करनेके अुपाय ६
भगवान –की कृपा ५९, –निराधारका आधार है १०
महादेवभाअी ४४
मानसिक अुपचार ३२
युक्ताहार ३५, ४२, –और मिताहार, ३५, ४४
रभा, गाधीजीकी धाय ३, २८
राम –और रावण भलाअी और बुराअीके प्रतीक ५४, –कौन? १९, –गाधीजीके १८, १९, २०-२२
रामकृष्ण २८, –परमहस (अेक अवतार) ४४
रामधुन १३, २०, ३७, ५६, –की ताकत फौजी ताकतसे अलग और कअी गुना बढी-चढी १३, –मे गैर हिन्दुओका भाग १८
रामनाम १२, –आदमीको खुद ही अपना वैद्य या डॉक्टर बना देता है २०, –और जतर-मतर १६, –और विश्वास-चिकित्सा ४५, –के प्रति नौजवानोकी भावना ३२-३५, –जतर-मतर या जादू-टोना नही २९, –जैसी शाति प्रदान करनेवाली कोअी शक्ति नही ३८, –डरको भगानेवाला अमोघ मत्र २७, –नीतिरक्षाका अुपाय ४-६, –बढियासे बढिया कुदरती दवा ३७, –मे गाधीजीकी अत्यत श्रद्धा ५०, –यकीनी अिमदाद १५, –रामबाण अिलाज २५, –शारीरिक रोगोको दूर करनेका सबसे बढिया अिलाज ३२, –सिर्फ हिन्दुओके लिअे ही नही १८
रामायण ३, ४, २८
'रिटर्न टु नेचर' ३१
लाधा महाराज ३, ४